СВАРИМ СУП ИЗ ТОПОРА

КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ ДОСТУПНЫХ ПРОДУКТОВ

СОВЕТЫ И ВЫКРОЙКИ НА ПЕРЕДЕЛКУ СТАРЫХ ВЕЩЕЙ

ЧИНИМ, ЧИСТИМ, БЕРЕЖЁМ



СВАРИМ СУП ИЗ ТОПОРА

Саратов
Издательство журнала «Волга»
1992

С-24
ББК 36.997
37.279

Автор-составитель **Т. В. Новикова**

Чем питаться, если выбор продуктов скуден, а те, что есть, вам не по карману? Во что одеться, если старые вещи подносились, а на новые нет денег? Как экономно вести хозяйство, чтобы бедность, в которую большинство населения ввергнуто событиями последнего времени, ощущалась в семье менее болезненно? Читатель найдёт в книге множество рецептов и советов, а главное — воспользовавшись нашими советами, раскрепостит свою фантазию, выдумку, которые необходимы в быту не только в нелёгкие времена.

С $\frac{3\ 404\ 000\ 000}{М-794(03)-92}$

ISBN 5-85 884-006-X

Предисловие

«Сварить бульон из 600 г говядины с разными кореньями, лавровым листом и перцем. Затем опустить в бульон нарезанное кусочками варёное мясо, остатки жаркого, птицы, сосиски, ветчину,— всё, что найдётся. Прибавить изрубленную и поджаренную в масле луковицу, 2 мелко нашинкованных солёных огурца, 2 столовые ложки маслин, немного свежих, солёных или маринованных грибов...»

Солянка, приготовленная по этому замечательному рецепту, должно быть, действительно вкусна. Особенно если «положить в неё 100 гр. сметаны, посыпать зеленью петрушки, укропа, лука и сразу подать к столу». По самым скромным подсчётам (в ценах начала 1992 года) такое первое блюдо на 6—8 персон обойдётся хозяйке примерно в 130 рублей. Стоимость маслин не входит в эту калькуляцию, т. к. автор ни разу не видел маслин в продаже и цену не знает. Видно, таковую соляночку мы будем есть не скоро.

Поэтому в нашей книге вы не найдёте обычных рецептов закусок, первых и вторых блюд, в основе которых практически недоступные большинству населения продукты. Что проку сетовать на пустые прилавки магазинов и дороговизну на рынке. Придётся кормить семью тем, что мы в состоянии купить, проявляя максимум изобретательности. Придётся перешивать, перелицовывать, латать, штопать, экономить на любых мелочах.

Прежде чем перейти к конкретным рецептам и советам, поговорим о принципиальных подходах к питанию и ведению домашнего хозяйства в условиях дефицита всего и вся.

1. Не будем унывать. Самое простое блюдо, если вы придумаете ему какое-нибудь замечательное название, да ещё приправленное вашей улыбкой, дети съедят с аппетитом. Взрослым людям трудности с продовольствием легче будет перенести, если поставить себе какую-то важную для вас цель: сбросить лишний вес или очистить организм от шлаков, оздоровить и омолодить его. Как это делать, лучше прочесть в специальной литературе, а здесь только ещё раз подчеркнём: главное — настрой. Мы не страдаем от отсутствия, скажем, сахара, а убеждённо говорим себе, соседям, приятелям, что сахар — белая смерть и т. п. и есть его мы не хотим и не будем.

2. Максимально вводим в меню доступные овощи, дикорастущие травы, ботву огородных растений, съедобные коренья и пр.

Конечно, неплохо попить чаю с лимоном или сунуть ребёнку яблоко. Но фрукты уже перешли в разряд роскоши. Так не будем забывать, что витамина С в равном количестве капусты и лимона примерно поровну, но капуста дешевле лимона в 20 раз. А крапива — тоже чемпион по витамину С — вообще растёт бесплатно. Каротина в моркови ненамного меньше, чем в говяжьей печени — витамина А. А сливочное масло морковка обгоняет по этому жизненно важному витамину в 15 раз. Или взять шпинат. Солей калия в нём лишь вполовину меньше, чем в знаменитой калием кураге, железа — всего в 3 раза меньше, чем в говяжьей печени. Шпинат исключительно полезен людям ослабленным, часто болеющим, страдающим малокровием. К тому же шпинат попадает к нам на стол весной, когда с продуктами труднее всего. Если у вас есть приусадебный участок, дача, огород — не забудьте про шпинат. Вообще, не гонитесь за диковинками, не засаживайте свой участок клубникой — репа, редька, свёкла, брюква, тыква урожайны и неприхотливы, они, а не сладкая ягода, выручат вас в трудную годину.

Овощи, зелень важны и как очистители организма от шлаков при несбалансированном питании, последнее предстоит нам, видимо, на годы.

3. Выбираем способы кулинарной обработки продуктов, максимально сберегающие их питательную ценность. Например, варёные мясо или рыба усваиваются лучше, чем жареные, т. к. при варке или тушении соединительная ткань размягчается, а составляющий её белок (коллаген) приобретает желеобразное состояние и частично растворяется в воде, делается более усвояемым. Основная часть населения вряд ли будет есть мясо чаще 1—2 раз в месяц, потому особенно важно, чтобы эти крохи были полностью превращены в необходимый человеческому организму строительный материал. То же — с картошкой. Лучше всего усваивается пюре. Похуже — варёная «в мундире» (правда, в такой более всего сохраняются соли калия), ещё труднее в жареном виде. Вязкие и жидкие каши по питательной ценности выше рассыпчатых, особенно если последние сварены из поджаренной крупы.

Нельзя промывать продукты в измельчённом виде — так теряются белки, витамины, минеральные соли.

Жарить, если вы совсем не можете без этого обойтись, лучше всего в духовке — сбережёте питательные вещества исходных продуктов и сэкономите жир. На открытом огне жира для жарения потребуется меньше, если класть его на раскалённую сковороду.

4. По возможности никогда не готовим впрок. В подогретой пище вполовину теряются питательные вещества, а витаминный состав едва ли не сводится к нулю.

5. Тщательно, «аппетитно» сервируем стол, даже если у нас на завтрак только гренки из хлеба с несладким чаем. Врачи столетия твердят, что есть надо медленно, тщательно пережёвывая пищу. А ведь это не только лучший способ иметь здоровый желудок,

но и один из вариантов экономии. Попробуйте сами есть «как учили», и вы заметите, что наедаетесь меньшей порцией, чем обычно.

6. Об экономном ведении хозяйства. Если денег хронически не хватает, приучите себя записывать все траты. Через 2—3 месяца вы научитесь покупать самое необходимое, не тратя денег на то, без чего можно обойтись. Покупки крупных вещей планируйте заранее. Никогда не покупайте вещей роскошных, даже если у вас в этот момент есть деньги на такую покупку. Нелепо будет выглядеть шикарное платье, если вы не сможете приобрести соответствующую обувь, сумочку и т. д. Скромность, простота, целесообразность в одежде и обуви сделают вашу бедность менее заметной для окружающих.

7. Впрочем, и очень дешёвые, «разовые» товары тоже не для нас — мы не так богаты, чтобы покупать дешёвые вещи, которые через день выйдут из строя.

8. Не жалейте времени для ухода за одеждой и обувью. Починить любую вещь проще, когда она только начала пронашиваться. К тому же заплата, штопка будут менее заметны, если вы не станете доводить дело до большой дыры. Заведите корзинку, сумку, куда вы будете откладывать после стирки бельё, требующее починки. Эта корзинка вместе с необходимыми инструментами всегда будет у вас под рукой, когда сядете перед телевизором или просто улучите свободную минутку.

9. Прежде чем выбросить вышедшую из строя вещь — даже не вещь, а любую мелочь — подумайте, на что она сгодится. Советы на этот счёт даны во втором разделе книги. Конечно, они не охватывают всего разнообразия быта. Раскрепостите свою фантазию, смекалку. Это даст вам не только экономию, но и радость творчества, позволит украсить быт десятками милых мелочей, сделанных собственными руками «из ничего».

Часть I
Что на стол поставим

БЛЮДА ИЗ ДИКОРАСТУЩИХ ТРАВ

Это ещё не беда, когда есть хлеб да лебеда,
а не было б такой беды, когда ни хлеба, ни лебеды.

Лопух, крапива, лебеда, одуванчики... Они не только лекари, но и кормильцы. В них немало ценных питательных веществ, витаминов, кислот, микроэлементов. И они всегда под рукой: в огороде, на лугу, возле реки. Нельзя собирать их в городе, вблизи автострад, железнодорожных путей, промышленных объектов, свалок. Готовьте блюда только из молодых побегов и листьев. Прикорневые розетки одуванчика можно заготавливать ранней весной, когда листья поднимутся над землёй на 3—5 см. У лебеды съедобны и «шишечки», образующиеся после цветения,— их-то и добавляли в хлеб в тяжкие времена, толкли в ступе в муку, просеивали. Надеемся, до этого нынче не дойдёт.

Нарезайте травы ножом из нержавеющей стали и сервируйте блюда в фарфоровой или эмалированной посуде.

Перед приготовлением травы тщательно перебирайте и промывайте. Чтобы уменьшить потери витаминов, готовьте непосредственно перед подачей на стол.

САЛАТ ИЗ ЛИСТЬЕВ ОДУВАНЧИКА, ЗЕЛЕНОГО ЛУКА И ПЕТРУШКИ

100 г листьев одуванчика опустить на полчаса в холодную подсоленную воду, чтобы исчезла горечь, затем подсушить и измельчить. Добавить 50 г нашинкованного зелёного лука, 25 г мелко нарезанной зелени петрушки, соль и уксус по вкусу. Перемешать, заправить подсолнечным маслом, посыпать измельчённой зеленью укропа.

САЛАТ ИЗ КРАПИВЫ И ПЕТРУШКИ

Возьмите 150 г листьев крапивы, опустите на 5 мин. в кипящую воду, откиньте на дуршлаг, подсушите и мелко нарежьте. Добавьте измельчённую зелень петрушки (50 г), положите сверху колечки сваренного вкрутую яйца, заправьте сметаной (30 г), соль и уксус по вкусу.

САЛАТ ИЗ КРАПИВЫ И ПОДОРОЖНИКА

200 г крапивы перебрать и промыть. 20 листьев подорожника, промыв, на 15—20 мин. замочить в солёной воде (1 чайная ложка соли на 1 литр воды), затем мелко порубить. 2 сваренных вкрутую яйца порубить, смешать с крапивой и подорожником, рубленым репчатым луком (1 штука), заправить растительным маслом, а при желании — и уксусом, посыпать зеленью петрушки и укропа.

САЛАТ ИЗ КРАПИВЫ, ЩАВЕЛЯ, ПОДОРОЖНИКА, ЗЕЛЕНОГО ЛУКА И ОДУВАНЧИКА

300 г листьев крапивы, 200 г щавеля, 200 г подорожника, 100 г зелёного лука и 50 г листьев одуванчика промойте и просушите. Листья одуванчика предварительно подержите в холодной подсоленной воде. Растения мелко нарежьте, смешайте с двумя сваренными вкрутую и нарубленными яйцами, заправьте подсолнечным маслом или майонезом, посолите.

САЛАТ ИЗ ПОДОРОЖНИКА, ЛУКА И КРАПИВЫ

Опустите в кипяток на 1—2 минуты 120 г листьев подорожника и 50 г листьев крапивы, откиньте на дуршлаг. Затем всё измельчите, добавьте нашинкованный репчатый лук (80 г), тёртый хрен (50 г), нарезанное кружочками варёное яйцо. Заправьте сметаной (40 г), уксусом, солью по вкусу.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КРАПИВОЙ И ЧЕСНОКОМ

5 штук моркови, 4 ст. ложки рубленых листьев крапивы, 4 дольки чеснока, если есть возможность — можно добавить 1 ст. ложку рубленых ядер грецких орехов, 4 ст. ложки соуса или майонеза, 1 ст. ложка лимонного сока (можно заменить соком красной смородины), соль по вкусу. Сырую морковь натрите на крупной тёрке, смешайте с рублеными листьями крапивы, чесноком, орехами, добавьте лимонный сок, соль. Полейте соусом или майонезом, посыпьте зелёным луком.

САЛАТ ИЗ ИВАН-ЧАЯ, ЗЕЛЕНОГО ЛУКА И ХРЕНА

100 г молодых побегов и листьев иван-чая опустите в кипяток на 1—2 мин., обсушите и измельчите. Добавьте 50 г нашинкованного зелёного лука, 2 стол. ложки тёртого хрена, соль по вкусу. Перемешайте, заправьте 20 г сметаны и соком 1/4 лимона (можно заменить соком красной смородины).

САЛАТ ИЗ ЛОПУХА И ПЕТРУШКИ

120 г молодых листьев лопуха опустите в кипяток на 2—3 мин. и откиньте на дуршлаг. Листья измельчите, добавьте 80 г наре-

занной зелени петрушки и 20 г натёртого хрена. Посолите по вкусу, перемешайте, заправьте 30 г сметаны и посолите по вкусу.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЦВЕТАМИ ОДУВАНЧИКА

5 огурцов, 2 луковицы, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки жёлтых цветков одуванчика, соль и перец по вкусу.

Огурцы и лук нарежьте соломкой, посолите и поперчите, полейте майонезом, посыпьте жёлтыми лепестками цветов одуванчика.

САЛАТ ИЗ КРАПИВЫ СО СВЕКЛОЙ

1 стакан мелко нарубленой крапивы, небольшая свёкла, 2 зубчика чеснока, майонез.

Молодую крапиву на 1 час погрузить в холодную воду, после чего тщательно вымыть, мелко порубить, соединить с варёной свёклой, натёртой на крупной тёрке, толчёным чесноком. Заправить майонезом, посолить по вкусу.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ПОДОРОЖНИКОМ

15—20 молодых листьев подорожника отмочите в подсоленной воде (1 ч. ложка соли на 1 литр воды), подсушите и порубите. Смешайте с 5 огурцами, нарезанными соломкой, добавьте рубленый репчатый лук, 1 варёное яйцо, посолите, поперчите, полейте майонезом, посыпьте рубленым укропом.

ИКРА ИЗ ТРАВ

Перебрать и промыть зелень крапивы, сельдерея, борщевика, сныти, подорожника, лебеды белой, мальвы и припустить (отварить в небольшом количестве воды под закрытой крышкой). Сначала варите более жёсткие растения — подорожник, борщевик, сныть, а потом добавьте остальные. Отдельно припустите щавель. Всё пропустите через мясорубку без отвара, в полученное пюре положите пассерованный в растительном масле лук и томатную пасту. Тушите ещё 8—10 мин. Посолите, поперчите, добавьте растолчёный чеснок. На 200 г дикорастущей зелени — по 30 г сельдерея и щавеля, всё остальное — по вкусу.

ПЮРЕ ИЗ МАЛЬВЫ (ПРОСВИРНИКА)

Это блюдо хорошо готовить зимой из сушёных листьев мальвы. Их надо замочить в холодной воде на 1 час. Варить в закрытой посуде без соли также в течение часа. Варёную зелень пропустить через мясорубку. Пшеничную муку пережарить с луком на растительном масле, соединить с пюре, можно заправить белым соусом.

ЩИ ИЗ КРАПИВЫ

200 г молодых побегов и листьев крапивы опустите на 2—3 мин. в кипящую воду, откиньте на дуршлаг, пропустите через мясорубку, прибавьте 1—2 ст. ложки жира и тушите 12—15 мин. Нарежьте морковь, корень петрушки, лук, обжарьте их, добавив немного муки. Овощи и крапиву залейте горячим бульоном или отваром из-под крапивы (2—2,5 л), варите 20—25 мин. За 5 мин. до конца варки добавьте 50 г нарезанного щавеля, лавровый лист, перец, соль по вкусу. Подать на стол можно с яйцом, сметаной или кислым молоком, зеленью.

ЩИ ИЗ КРАПИВЫ САМЫЕ ПРОСТЫЕ

Листья молодой крапивы обварите кипятком, откиньте на дуршлаг, мелко порежьте. Положите её в приготовленный бульон за час до обеда. Можно заправить сметаной или кислым молоком.

СУП ИЗ КРАПИВЫ С КВАСОМ

Возьмите 1 л кваса, 300 г листьев крапивы, свежий огурец, несколько редисок, луковицу, немного укропа; если есть — ложку сметаны и 2 яйца, сваренных вкрутую. Крапиву помойте, немного поварите и протрите через дуршлаг. Огурец и редиску можно натереть на крупной тёрке или мелко нарезать, также нарезать лук, укроп. Овощи соединить с крапивным пюре и развести квасом. При подаче на стол можно заправить сметаной и яйцами.

СУП С КРАПИВОЙ ПО-АРМЯНСКИ

В кипящий бульон положить 25 г мелко нарезанного и обжаренного репчатого лука, 1 ст. ложку промытого риса, довести до кипения, положить 1—2 нарезанные картофелины. За 15 мин. до окончания варки положить 150 г нарезанной молодой крапивы. При подаче на стол посыпать зеленью петрушки.

ДАГЕСТАНСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ

Из муки, яйца, соли, тёплой воды приготовьте довольно крутое тесто. Тесто будет легче месить, если воду с яйцом и солью вы будете лить в муку, а не наоборот. Дайте ему полежать 30 мин., раскатайте в пласт. Крапиву для фарша промойте, измельчите, перемешайте с поджаренным на любом жире луком. Сделайте обычные пельмени, варите в подсоленной кипящей воде. Подавайте со сметаной или сливочным маслом, томатным соусом. Продукты: 300 г молодой крапивы, 200 г муки, 1 яйцо, 20 г жира, лук по вкусу.

БИТОЧКИ

Отварите крапиву в кипящей воде 2—3 мин., откиньте на сито, измельчите ножом, перемешайте с густой пшённой кашей, сформируйте биточки. На 100 г крапивы 200 г пшённой каши, 20 г жира, соль по вкусу.

ЗАПЕКАНКА ПО-ГРУЗИНСКИ

Крапиву варить 5 мин. в подсоленной воде, откинуть на сито. Репчатый лук спассеровать на разогретом масле, прибавить крапиву и измельчённую зелень киндзы. Всё перемешать и тушить 10 мин. на сковороде. Залить яйцами, посолить и слегка обжарить. Довести до готовности в духовке. На 600 г крапивы — 80 г масла или маргарина, 120 г репчатого лука, 8 яиц, зелень киндзы, соль по вкусу.

ЖАРЕНЫЕ РОЗЕТКИ ОДУВАНЧИКОВ

Розетки одуванчиков отварите в подсоленной воде, посыпьте толчёными сухарями, соедините с кусочками мяса (можно — из бульона для первого блюда), обжарьте и подайте на стол горячими. На 250 г розеток одуванчика — 50 г толчёных сухарей, 75 г жира, мяса — сколько найдётся.

ЖАРЕНЫЕ КОРНИ ЛОПУХА

Подготовленные корни отварить в подсоленной воде, выложить на разогретую сковороду и поджарить на масле или маргарине. Ещё проще, нарезав кружочками, запечь в духовке, а то и на костре.

ВЕСЕННИЕ КОТЛЕТЫ

По 1/2 килограмма крапивы и шпината промыть, положить в кастрюлю, добавить побольше зелени петрушки, залить кипящей солёной водой, дать закипеть, затем воду слить и зелень порубить. В полученную массу добавить 2 яйца, 2—3 ст. ложки муки, 1/2 стакана измельчённой брынзы, вымесить. Жарить в хорошо разогретом масле, выкладывая массу столовой ложкой. Чтобы котлеты получились плоскими, придавите их ложкой. Подайте с салатом и сметаной или кислым молоком.

НАЧИНКА ДЛЯ ПИРОЖКОВ ИЗ КРАПИВЫ

1 кг листьев крапивы залейте крутым кипятком, выдержите 5 мин., измельчите, смешайте с 5 сваренными вкрутую и мелко нарубленными яйцами и 100 г отварного риса, посолите по вкусу. Если нет риса, можно взять перловку или пшеничку «Артек»

ПАСТА ДЛЯ БУТЕРБРОДОВ

Это блюдо может иметь бессчётное число вариантов в зависимости от вашей фантазии и наличия продуктов в доме. Смысл блюда в том, чтобы теми крохотными кусочками продуктов, которые есть или которые вы в состоянии купить, суметь накормить, скажем, на завтрак семью.

Например: у вас есть половина плавленого сырка, 2—3 столовые ложки творога, 20—30 г сливочного масла. Сырок потрите на тёрке, соедините с маслом и творогом. А теперь добавляйте в смесь что хотите. Измельчённые листья дикорастущих трав, подготовленные, как было описано выше, натёртую на мелкой тёрке морковку, репку; если хотите, чтобы блюдо было острым — редьку или хрен; свёклу, топинамбур... Можно варьировать и так: не класть сливочное масло, а добавить немного растительного; пропустить через мясорубку остатки мяса из первого блюда или отварной, жареной рыбы, варёное вкрутую яйцо. В сочетании с овощами, зеленью (не забудьте посыпать бутерброд укропом и петрушкой) всё будет вкусно и полезно. Такие бутерброды можно сделать и горячими, поставив их на несколько минут в разогретую духовку. Кусочки хлеба для них можно предварительно поджарить на растительном масле или маргарине.

ЗАГОТОВКА ВПРОК ИЗ КРАПИВЫ

Молодые побеги и листья крапивы вымыть, измельчить, уложить в банку и засолить из расчёта 50 г соли на 1 кг крапивы. Добавлять в салаты, супы, рассольники зимой.

Другие варианты:

200 г крапивы, 100 г зелени моркови, 200 г перьев и стрелок чеснока нарезать, посолить, добавить раст. масло.

200 г крапивы, зелень лука — по вкусу, соль, раст. масло.

Заготовки надо хранить на холоде.

ЗАГОТОВКА ВПРОК ОДУВАНЧИКА

Срезать розетки чуть ниже листьев, тщательно промыть, вымочить 1—2 часа в солёной воде, воду слить и засолить в 10-процентном растворе соли.

ЦВЕТОЧНЫЕ ПОЧКИ ОДУВАНЧИКА В МАРИНАДЕ

Промыв и перебрав почки одуванчика, уложите их в кастрюлю, залейте горячим маринадом, доведите до кипения и выдержите на слабом огне 5—10 мин.

Маринад: 1 л 6% уксуса, 50 г сахара, 50 г соли, перец, лавровый лист. На 500 г почек использовать 0,5 л маринада. Маринованные почки кладите в солянки и другие блюда вместо каперсов.

КАПЕРСЫ ИЗ НАСТУРЦИИ

Зелёные семена настурции бланшировать в кипятке 1 мин. Уложить в стерилизованные банки и залить заливкой: 300 г малинового сока, 700 г воды, 100 г сахара, 30 г соли. Закатать. Использовать как добавку к салатам или как самостоятельную приправу.

ВАРЕНЬЕ ИЗ ОДУВАНЧИКОВ

400 г цветков одуванчика промойте, замочите в воде на сутки. Слейте воду, цветки ещё раз промойте и смешайте с 2 лимонами, нарезанными вместе с цедрой. Вместо лимонов можно взять 1 ч. ложку лимонной кислоты. Смесь опустите в 0,5 л кипящей воды, кипятите 15 мин. Отвар остудите, процедите Добавьте 1 кг сахара и варите, пока варенье по цвету и густоте не станет напоминать мёд.

ЗЕЛЕНОЕ МОЛОКО

3 ст. ложки мелко нарезанной зелени (крапивы, петрушки, укропа, одуванчика, подорожника, лебеды, листьев чёрной смородины, малины, барбариса, зелёного лука) смешать с 4 стаканами кефира или простокваши и хорошо взбить. Подавать холодным.

КОКТЕЙЛЬ

В 1 стакан сока крапивы влить 1,5 стакана морковного сока и 4 ч. ложки лимонного сока. Подать со льдом.

НАПИТОК «ДЕВЯТЬ СИЛ»

300 г сырых или 50 г сухих корней девясила измельчить и кипятить в 1 л воды 20—25 мин. Отвар процедить, добавить 100 г сахара, 0,5 стакана сока клюквы или красной смородины, размешать и охладить.

БЛЮДА ИЗ БОТВЫ ОГОРОДНЫХ РАСТЕНИЙ

САЛАТ ИЗ СВЕКОЛЬНЫХ ЛИСТЬЕВ

200 г молодых свекольных листьев, 2 луковицы, 3 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки растительного масла, соль по вкусу. Свекольные листья отделите от черешков, промойте, обсушите, нарежьте соломкой. Черешки порубите, проварите 2—3 мин. и охладите. Листья посолите, слегка помните и дайте постоять в прохладном месте 15—20 мин., смешайте с черешками, посыпьте мел-

ко рубленым репчатым луком и полейте смесью майонеза с растительным маслом.

ЕЩЕ ОДИН САЛАТ ИЗ БОТВЫ МОЛОДОЙ СВЕКЛЫ

Переберите, промойте и нарежьте свекольную ботву. Отварите её в течение 7—10 мин. в подсоленной воде. Выньте из воды шумовкой, слегка разомните деревянной ложкой и залейте смесью из растительного масла с толчёным чесноком и солью. Посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа, сбрызните лимонным соком. Лимонный сок можно заменить соком любой кислой ягоды, а в салат покрошить несколько листиков мелиссы лимонной.

САЛАТ ИЗ ЛИСТЬЕВ РЕДЬКИ

Листья вымыть, мелко нарезать и сложить в глубокую тарелку, сверху посыпать мелко нарезанными белками яиц. Желтки, посолив, растереть со сметаной или кислым молоком, добавить по вкусу сахар, немного уксуса, растительное масло. Смесь взбить, заправить ею салат, посыпать зелёным луком, зеленью петрушки и укропа.

СУП-ПЮРЕ ИЗ БОТВЫ

Молодую свекольную ботву промойте в холодной воде, отварите в подсоленной воде до мягкости, протрите через сито. Огурцы, зелёный лук, укроп, петрушку мелко нашинковать, хрен натереть на тёрке. Всё смешать в кастрюле, развести квасом, добавить крутые яйца, порезанные дольками, положить сметану или кислое молоко, соль, сахар по вкусу. На 2 л кваса — 400 г свекольной ботвы, 400 г огурцов, 2 яйца, 2 стакана зелени, 100 г сметаны или кислого молока.

ПОХЛЕБКА С РИСОМ

3 молодые репки с листьями, 0,5 стакана риса, стакан кефира. Репу отделить от листьев, вымыть и натереть на тёрке. Листья перебрать, вымыть, нарезать. Перебрать и промыть рис. Вскипятить воду, положить соль, рис, варить 2—3 мин., добавить репу, довести до кипения, снять с огня и настаивать без нагревания под крышкой 10—15 мин. В тарелку положить листья репы, кефир и залить горячей похлёбкой. На похлёбку можно брать молодую морковь с ботвой.

ПОХЛЁБКА С КАРТОФЕЛЕМ

4 молодых картофелины, 3 молодых репки с листьями, 0,5 стакана сметаны или кислого молока. Картофель очистите и порежьте крупными дольками, репу натрите на тёрке, листья порежьте.

В 2 л солёной кипящей воды опустите картофель, доведите до кипения, положите репу, доведите до кипения, настаивайте 10—15 мин. не нагревая. Положите листья репы. Заправьте сметаной или кислым молоком. Если нет ни того, ни другого, хорошо взбейте сырое яйцо с небольшим количеством воды и положите в похлёбку незадолго до конца варки, можно вместе с репой.

ОКРОШКА ИЗ СВЕКОЛЬНЫХ ЛИСТЬЕВ

Молодые свекольные листья отделите от черешков, черешки порежьте кубиками, свёклу соломкой, добавьте лимонный сок или немного лимонной кислоты, залейте горячей водой, прогрейте на огне 2—3 мин., настаивайте 15—20 мин., затем охладите. Свекольные листья, сваренные вкрутую нарубленые яйца, нарезанные соломкой свежие огурцы залейте кефиром, разведённым холодной кипячёной водой, посолите. Соедините обе массы, положите мелко нарубленную зелень укропа. 3 пучка молодой свёклы с черешками и листьями, 2 яйца, 1 ст. ложка лимонного сока, 3 свежих огурца, 2 ст. ложки рубленого укропа, 1 л кефира, 0,5 л воды.

ГАРНИР ИЗ СВЕКОЛЬНОЙ БОТВЫ

Вымытую ботву мелко нарезать, тушить 5—10 мин., чуть-чуть посолить, добавить петрушку, укроп, толчёный чеснок, заправить растительным маслом.

ЛЕПЁШКИ С ЛИСТЬЯМИ РЕДИСА ИЛИ РЕПЫ

4 репы или 8 редисок с листьями, стакан муки, стакан манной крупы, стакан воды, соль по вкусу. Редис или репу отделить от листьев, корнеплоды натереть на тёрке, листья порезать. Всё смешать, выбить тесто о доску 5—8 мин. Тесто должно быть плотным. Небольшие лепёшки выложить на сухой противень, выпекать 15—20 мин. при температуре 200—220°. Вынув из духовки, смазать лепёшки маргарином или маслом. Подавать к похлёбкам.

СДЕЛАЕМ САМИ

В кулинарных рецептах часто встречаются такие ставшие экзотическими продукты, как майонез, зелёный горошек, крахмал и т. д. Попробуем сделать их сами.

МАЙОНЕЗ

2 сырых желтка растереть в миске с 1 ч. ложкой готовой горчицы (нельзя делать это в алюминиевой посуде), солью и сахаром. Затем по каплям добавлять рафинированное растительное

масло и продолжать растирать. Новые порции масла добавлять после того, как предыдущие полностью соединятся с желтками. Масла нужно 1 стакан. Густую жёлтую массу разведите по вкусу уксусом. Она сразу же побелеет.

ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ

Этот рецепт, понятно, по силам лишь тем, кто имеет свою дачу, огород.

1. Молочной спелости горошек насыпьте в поллитровую банку на 1 см ниже края. В большую кастрюлю с солёной (1,5 ст. ложки соли на 1 л воды) кипящей водой поставьте дуршлаг, а в него минут на 10 банку с горохом. Кипящий горох с рассолом вычерпайте затем большой деревянной ложкой и заполните доверху заранее простерилизованную поллитровую банку. Закройте её стеклянной крышкой. Горох в банке должен свободно перемещаться. Никакого дополнительного прогрева не требуется.

2. Подберите небольшие (200 г) стеклянные банки, тщательно их отмойте и ещё минут 15—20 прокипятите в содовом растворе (1 ч. ложка соды с горкой на 3 л воды). На стенках банок появится матовый налёт. Горошек молочной спелости промойте в холодной проточной воде, положите в эмалированную кастрюльку и залейте холодной водой так, чтобы она лишь покрывала горох. Поставьте кастрюлю на средний огонь. Кипятить горошек нужно 15—20 мин. (вода к этому времени почти выкипит), затем разложите его по банкам, недосыпая до краёв 1—1,5 см. В каждую банку добавьте десертную ложку 6% уксуса и залейте горячим рассолом (на 1 л воды 1 десертная ложка с горкой соли, 1 чайная ложка с горкой сахара). Банку покройте лоскутом полиэтиленовой плёнки и закрепите её резиновым кольцом (аптечным или вырезанным из старой велосипедной камеры). Укутайте банки тёплым одеялом, а когда остынут, поставьте в холодильник. Если банки закрыты правильно, плёнка окажется втянутой внутрь. Через месяц горошек готов к употреблению.

КРАХМАЛ

Можно использовать любые сорта картофеля, повреждённые и мелкие клубни. Измельчать картофель нужно тщательно, время от времени поливая тёрку водой. Если пользуетесь соковыжималкой, то в полученную массу добавьте холодную воду в соотношении 1:1. Смесь крахмала с обрывками кожуры и мякоти нужно быстро переработать. Профильтровав жидкость, дайте крахмальному молоку отстояться. Операцию с промыванием можно повторить. Неплохим фильтром является капроновый чулок. Можно взять полотняные мешочки или марлю. Сушить крахмал нужно в духовке или печке при температуре не выше 40°, слоем в 1 см. Сухость определяется на ощупь.

СУШЕНЫЙ КАРТОФЕЛЬ

Ныне многие занимаются огородничеством, особенно выращиванием картофеля. Однако не у всех есть погреба. До января картофель может полежать в холодном коридоре, кладовой, а вот дальше... В войну эту проблему решали так. Картофель варят неочищенным, сливают воду и выносят клубни на мороз. Когда они промёрзнут, вносят в помещение, оттаивают. Снимают с клубней кожуру, отжимают влагу, а картофельную массу сушат в печи или в духовке. Конечно, сушёный картофель уступает свежему по вкусу и питательности, зато хорошо хранится и сильно выручит вас в голодные весенние месяцы.

Есть и другой способ сушки картофеля. Очищенные клубни режут на ломтики, а затем на палочки. Опускают в кипяток и проваривают минуты 3, чтобы только помягчел, сыроватый же вкус в нём сохранился. После этого сушат в нежаркой духовке.

ДРОЖЖИ

Сухой хмель или солод залейте двойным количеством горячей воды и кипятите до тех пор, пока количество жидкости не уменьшится вдвое. Тёплый отвар процедите и на каждый стакан его добавьте 1 ст. ложку сахара и 1/2 стакана пшеничной муки. Постоянно помешивайте. Полученную массу поставьте в тёплое место на 1,5—2 суток. Затем разлейте по бутылкам, укупорьте и держите в прохладном месте. Для теста на 1 кг муки кладите 1/2 стакана таких дрожжей.

Второй способ. Возьмите 100—200 г изюма, промойте тёплой водой, положите в молочную бутылку, залейте водой — такой тёплой, какой обычно разводите дрожжи. Добавьте немного сахара, завяжите в 4 слоя марлей и поставьте в тёплое место. На 4—5 день, когда начнётся брожение, можно ставить тесто. Оно получится душистым и некислым.

Ещё можно порекомендовать закваску из ржаного хлеба. 1/2 кг ржаного хлеба измельчите, добавьте 0,5 л тёплого кислого молока или воды, 2—3 ст. ложки сахарного песка, горсть изюма и поставьте на сутки для брожения. Затем массу процедите через сито, а хлеб отожмите на сите. На полученном настое приготовьте опару — мучную болтушку консистенции сметаны и поставьте в тёплое место на 2—3 часа. Закваска, на которой ставят обычное тесто, готова. Не увлекайтесь внесением сдоби — масла, яиц. Кладите их в самых минимальных количествах.

ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА

Если ваш огородный участок достаточно велик и вы достали семян гречихи, то будете с кашей. Как сделать из покрытых толстой кожицей семян крупу, пригодную для варки? Вот один из

2-262

способов. Гречиху насыпают в чугун, только не доверху, заливают водой и ставят в печь или духовку. В печи проще — огонь прогорит, тепло надолго останется, и будет гречиха томиться несколько часов. В духовке придётся постоянно поддерживать такую температуру, чтобы семена парились без кипения. Потом остатки воды, если они есть, сливают, гречиху сушат, а хорошо высохшую толкут в ступе, время от времени провеивая, отделяя лузгу от зёрен. Готовую крупу неплохо пропустить через крупное решето, чтобы отделить ядрицу от продела. Из ядрицы получится рассыпчатая каша, продел же годится для каши вязкой, для гречневиков (об этом ниже). Можно сделать на кофемолке гречневую муку и печь из неё настоящие русские блины.

ЗАМЕНИТЕЛЬ САХАРА — СВЕКОЛЬНЫЙ СИРОП

Те, кто имеет огород, приусадебный участок, могут частично восполнить ставший хроническим дефицит сахара.

Прежде всего необходимо вырастить сахарную свёклу. Имейте в виду, что сахаристость корень набирает глубокой осенью, поэтому не торопитесь выкапывать свёклу, пока нет угрозы настоящих морозов. Выкопанную свёклу тщательно очистите, промойте, порежьте на части. Сложите в эмалированный бак, на дно которого положена сетка. На 10 кг свёклы налейте 1,5 л воды. Пропарьте свёклу на малом огне, пока не станет мягкой. Затем выжмите сок и уваривайте его на малом огне до консистенции густой сметаны. Такой сироп будет содержать около 70% сахара. Значит, в рецептах приготовления компотов, желе, мармелада, конфет, печенья 1 кг сиропа будет заменять 700 г сахара.

ТВОРОГ

Из 3 л молока получается примерно 500 г творога. Вот и решайте, что выгоднее: покупать готовый творог или делать его самим.

Молоко, из которого будет готовиться творог, можно заквасить сметаной (100 г на 3 л), предварительно подогрев его до температуры парного молока. Если сметаны нет, заквасьте корочкой чёрного хлеба, которую потом удалите. Когда увидите, что образовался нежный сгусток, без заметного выделения сыворотки, попробуйте его на «излом»: разломите чайной ложкой. Хороший сгусток даст ровные гладкие края, выступит прозрачная сыворотка желтоватого цвета. Ножом с затупленным концом порежьте сгусток на кубики 2×2 см и оставьте на час для выделения сыворотки. Сыворотку удалите. Дайте постоять ещё 30—40 мин. Снова удалите сыворотку. Сгусток осторожно, кружкой, переложите в холщёвые или марлевые мешочки и подвесьте на 1 час для самопрессования. Затем уложите в дуршлаг или сито, сверху поставьте дощечку с грузом. Всю сыворотку собирайте. Последний

этап обезвоживания творога лучше провести уже на холоде, чтобы продукт не окис.

Второй способ приготовления творога. Сгусток подогревают на водяной бане (кастрюля со сгустком ставится в кастрюлю большего размера, куда налита горячая вода) до температуры 38—40°. При достижении указанной температуры подогревание прекращают, сгусток не трогают ещё 15—20 мин. За это время он всплывёт. Теперь поступайте, как в первом варианте: осторожно удалите сыворотку, откиньте творожный полуфабрикат в мешочек или на сито с расстеленной в 3—4 слоя марлей, позже установите груз.

Что можно сделать из оставшейся от приготовления творога сыворотки? Это ценнейший пищевой продукт, богатый минеральными солями, аминокислотами, биологически активными веществами. Сыворотку можно употреблять просто как хорошо утоляющий жажду напиток. Можно сварить из неё кисель. Из сыворотки получаются самые пышные блины, которые могут соперничать с русскими блинами из дрожжевого теста. Только для блинов ни в коем случае не разводите сыворотку водой — они будут плохо сниматься. Сывороткой заменяют квас в окрошках, ботвиньях, холодных зелёных супах. Наконец, сывороткой можно мыть голову, используя её вместо шампуня или мыла.

СЫР-САМОДЕЛКА

Возьмите 1 кг творога и 1 л молока, перемешайте, поставьте на маленький огонь. Когда появится сыворотка, откиньте на дуршлаг минут на 40. Затем возьмите 2 яйца, 100 г сливочного масла, чайную ложку соды, 2 чайные ложки соли, перемешайте и добавьте к творожной массе. Ещё раз всё тщательно перемешайте, поставьте на маленький огонь и варите до загустения, примерно минут 40. По желанию в массу можно добавлять сахар, мёд, какао, густой фруктовый сироп, размолотые семена укропа, тмина, аниса... Готовую массу перелейте в формочки, когда остынет — поставьте в холодильник. Если хотите, чтобы сыр имел форму кирпичика, возьмите вместо формочки тщательно вымытый пакет из-под молока.

ИЗЮМ ИЗ ВИШНИ

Вишню помыть. В большой кастрюле вскипятить воду с добавлением на каждый литр её 1 ч. ложки чайной соды. Вишню в дуршлаге на 10—15 секунд опускать в кипяток, а следом быстро охлаждать в большом тазу с очень холодной водой. Сушить можно на решётах на солнце. Как только вишня чуть подвянет, выдавите из неё косточки и сушите до тех пор, пока, оставаясь мягкой, она не будет слипаться в комки. Хранят «изюм» в стеклян-

ных банках со стеклянными крышками или в пакетах из пергаментной бумаги. Используют в компотах, киселях, как начинку для пирогов.

СОЛЕНЫЕ ОРЕШКИ

Эта оригинальная закуска готовится из абрикосовых косточек из компотов, варенья, от свежих плодов. В солёной воде (1 ст. ложка соли на 1 л) варите косточки 7—8 часов. Подсушите, извлеките ядра. Можно подавать как самостоятельную закуску — к пиву, а можно украсить солёное печенье, булочки.

ВЕГЕТАРИАНСКИЕ И МОЛОЧНЫЕ ПЕРВЫЕ БЛЮДА

СУП ИЗ МОРКОВИ С РИСОМ

Очищенную морковь нашинкуйте соломкой, рис переберите, промойте. В кипящую воду положите морковь, рис, соль. Варите 5—6 мин., настаивайте 15—20 мин. Добавьте молоко, не перемешивая, доведите до кипения. Подайте с маслом. 3 моркови, 4 ст. ложки риса, 200 г молока, 0,5 л воды, 1 ст. ложка масла или маргарина.

ПОХЛЕБКА ИЗ ЩАВЕЛЯ

500 г щавеля вымыть и мелко нарезать. Посолить, потушить в растительном масле. Чтобы отбить запах растительного масла, его надо довести до кипения, а потом жарить овощи. Добавьте к щавелю столовую ложку муки. Затем добавьте необходимое количество воды и варите 10 мин. Подавать холодной, посыпав перцем. Можно добавить рис, картофель.

СУП ИЗ КАБАЧКОВ

Очистите кабачок, нарежьте и поставьте вариться в небольшом количестве воды. Посолите. Сваренные кабачки отцедите и протрите сквозь сито. Столовую ложку муки спассеруйте на растительном масле и разбавьте водой, в которой варились кабачки. Соедините протёртые кабачки с мукой, добавьте 3/4 стакана молока, размешайте, дайте закипеть. Сразу же снимите с огня и заправьте взбитым яйцом. Подавайте к столу, заправив лимонным соком (или лимонной кислотой) и мелко нарезанным укропом.

БОЛГАРСКАЯ ОКРОШКА — ТАРАТОР

Взбейте 0,5 л простокваши, добавьте ст. ложку растительного масла, немного уксуса (по желанию), соль, 4—5 зубчиков толчё-

ного чеснока, если есть — 2—3 размельчённых ядра грецких орехов, 300 г мелко нарезанного салата. Разбавьте смесь стаканом холодной воды. Уже в тарелках посыпьте мелко нарезанным укропом. Таратор готовят и с огурцами.

СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

Разобрать небольшой кочан цветной капусты на кочешки, промыть и опустить в кипящую подсоленную воду (1,5—2 л), сварить до готовности, добавить 150 г нарезанного плавленого сыра и помешивать, пока сыр не расплавится. Снять с огня, добавить чайную ложку сливочного масла, заправить чёрным перцем и лимонным соком или лимонной кислотой.

БОРЩ ПО-СТАРИННОМУ

Свёклу очистить, нарезать соломкой, сбрызнуть уксусом, добавить жир и, помешивая, хорошо прогреть. Подлить немного бульона или воды и тушить до размягчения свёклы. Лук нарезать, обжарить в жире, добавить к нему морковь, нарезанную соломкой. В кипящий бульон или воду положить шинкованную капусту, варить 10—15 мин., добавить тушёную свёклу, пассерованные коренья и лук, пряности, специи, разведённую мучную пассеровку, довести до готовности. В конце варки добавить свекольный настой и рубленый со свиным салом чеснок. На 1 порцию свёклы — 100 г, капусты — 60 г, моркови — 20 г, петрушки — 5 г, жира — 10 г, уксус 3% по вкусу.

ВЕСЕННИЙ СУП

Перебрать, промыть и мелко нарезать 1/2 кг щавеля и несколько перьев молодого чеснока, потушить в 2—3 ст. ложках разогретого растительного масла, добавить 1—2 ст. ложки муки и столько кипящей подсоленной воды, чтобы получился умеренно густой суп, положить в него очищенный и нарезанный картофель и варить до готовности. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки.

СУП «ДОБРАЯ ЖЕНА»

Натереть на тёрке 3—4 моркови, нарезать кубиками 1/2 кг картофеля, мелко нарезать 1—2 стебля лука-порея. Потушить всё это в разогретом растительном масле, залить кипящей подсоленной водой и варить до готовности. Заправить сметаной и лимонным соком.

СУП ИЗ ШПИНАТА

Поджарить до золотистого оттенка 2 ст. ложки муки в 3 ст.

ложках растительного масла, залить 1,5—2 л тёплой воды и варить, помешивая, пока вода не закипит, положить 1/2 кг нарезанного шпината. Тушить, не накрывая крышкой, 20 мин., посолить, заправить 2—3 ст. ложками сметаны или простокваши. При подаче на стол посыпать тёртым сыром и в каждую тарелку положить гренки.

Гренки: разогреть 2—3 ст. ложки растительного масла и поджарить на нём до золотистого цвета 2 стакана нарезанного кубиками хлеба.

ВЕГЕТАРИАНСКИЕ ЩИ

Нарежьте дольками морковь, петрушку, репу или брюкву; репчатый лук — полукольцами. Положите их в кастрюлю, налейте воду, посолите, доведите до кипения, положите нарезанный дольками картофель, нашинкованную капусту. Уже в тарелки положите зелень. Можно сварить щи и с помидорами, их кладут в конце варки нарезанными на дольки.

ЩИ ИЗ КЛЕВЕРА И ЩАВЕЛЯ

В кипящую воду положите нарезанный картофель и варите до полуготовности. Добавьте измельчённую зелень, пассерованные морковь и репчатый лук, специи. Подавая, положите дольку сваренного вкрутую яйца.

На 1 л воды: 100 г картофеля, 100 г молодых листьев клевера, 60 г моркови, 40 г лука, 100 г щавеля, 20 г маргарина, яйцо, соль, специи по вкусу.

ПОХЛЁБКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ

7—8 средних картофелин сварить в 2,5 л воды. Воду слить (но не выливать), картофель размять, влить в него 1 стакан горячего молока, добавить картофельный отвар, перемешать. Приготовить клёцки: 1 яйцо, 0,5 стакана молока, соль по вкусу, 1,5 стакана муки; тесто жидкое, но не растекается. Чайной ложкой брать понемногу тесто и обжарить клёцки в масле. Затем высыпать их в похлёбку, проварить 8—10 мин. При подаче на стол посыпать зеленью.

ОКРОШКА ПО-ВЯТСКИ

Натереть редьку, нарезать отварной холодный картофель, смешать их, посолить. Оставить минут на 40, чтобы редька дала сок. Добавить холодный квас, хрен по вкусу. Квас во всех случаях можно заменять сывороткой, оставшейся от приготовления творога.

СУП МОЛОЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЬНЫМИ КЛЕЦКАМИ

Сваренный протёртый картофель, сырые яичные желтки и муку смешать, посолить, затем прибавить взбитые яичные белки и снова перемешать. Полученное пюре брать столовой ложкой, смоченной в горячей воде, отделять клёцки и опускать их в горячее молоко. Варить клёцки при самом слабом кипении без крышки 10—12 мин., после чего суп посолить и добавить масло.

Молочный суп можно приготовить с мучными клёцками, а также с клёцками из манной крупы.

На 1 л молока — 3—4 картофелины, 2 яйца, 3—4 ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла.

СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ С МОРКОВЬЮ И ТЫКВОЙ

Тыкву и морковь нарезать мелкими кубиками и по отдельности довести до готовности с добавлением молока и растопленного масла. Молоко вскипятить, заварить манной крупой, варить 10—12 мин., соединить с морковью и тыквой, по вкусу добавить сахар и соль. В тарелки с супом можно положить по кусочку сливочного масла.

На 1,5 л молока — 2 ст. ложки манной крупы, 200 г тыквы, 1—2 моркови, 2 ст. ложки масла.

СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ

Очистить и нарезать картофель, морковь, репу, разделить на отдельные соцветия цветную капусту, нашинковать лук-порей. Морковь, репу и лук-порей слегка обжарить на масле. Вскипятить воду, положить в неё картофель, нарезанный брусочками, обжаренные коренья, цветную капусту и варить 15 минут. Затем добавить кипячёное молоко, а когда овощи будут готовы, положить консервированный горошек, довести суп до кипения и заправить солью.

На 2 л молока и 1/2 л воды или 1,5 л молока и 1 л воды — по 1 шт. моркови, репы, лука репчатого, лука-порея, 250 г цветной капусты, 50 г консервированного горошка, 300 г картофеля, 1 ст. ложка сливочного масла.

РАССОЛЬНИК ПОСТНЫЙ ГРИБНОЙ

Сварить бульон из 100 г сушёных грибов и измельчённой кожицы, снятой с 5 солёных огурцов. Готовые грибы вынуть, нашинковать, обжарить в растительном масле вместе с измельчённой луковицей и снова опустить в бульон. Добавить 2 ст. ложки муки, смешанные с 2 ст. ложками растительного масла, нарезать 1 корень петрушки, 1 корень сельдерея, мякоть 5 солёных огурцов, 5 картофелин, 2 ст. ложки перловой крупы, при желании —

2 ст. ложки томата-пюре, соли и огуречного рассола по вкусу, сварить до готовности.

ПОХЛЁБКА КИСЛЕНЬКАЯ

Положить в кастрюлю 10 очищенных и порезанных ломтиками солёных огурцов, также нарезанные — 1 морковь, по 1 корню петрушки и пастернака, залить водой и варить на лёгком огне, не давая сильно кипеть. За 30 мин. до готовности заправить 1 ст. ложкой муки, смешанной с 2 ст. ложками растительного масла, опустить печёную луковицу, влить огуречного рассола по вкусу.

ПОХЛЁБКА ИЗ РЕПЫ

400 г репы и 2 луковицы очистить, вымыть, мелко порубить, сложить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить около 30 мин. Затем добавить 5—6 нарезанных ломтиками картофелин, поварить ещё немного, заправить 1 ст. ложкой муки, смешанной с 1 ст. ложкой сливочного или растительного масла, 2 ст. ложками сметаны и 1 ч. ложкой рубленой зелени укропа и петрушки, закрыть крышкой и варить до готовности.

ПОХЛЁБКА ФЛАМАНДСКАЯ

Взять поровну репы и картофеля, залить небольшим количеством воды, прибавить мякиш белого хлеба, соли и перца по вкусу, сварить до мягкости, протереть сквозь сито, развести грибным бульоном, подогреть, заправить сливочным или растительным маслом, подать.

ПОХЛЁБКА С ТЫКВОЙ НА МОЛОКЕ

Очищенную тыкву порезать кусочками, залить небольшим количеством воды и сварить. Когда тыква разварится и почти вся вода выкипит, остаток её слить (но не выливать), положить 2 ст. ложки сливочного масла, посолить и довести до кипения. Отдельно вскипятить 2,5 л молока, подсластить 1—2 ст. ложками сахарного песка, влить в кастрюлю с тыквой и перемешать. Белый хлеб нарезать ломтями по числу обедающих, смочить водой, в которой вы варили тыкву, положить на сковородку, поставить минут на 15 в умеренно нагретую духовку. Перед подачей в каждую тарелку положить по ломтику подрумяненного хлеба.

ОКРОШКА ВЕГЕТАРИАНСКАЯ

400 г перебранного промытого щавеля залить 100 г воды, прибавить 1 ч. ложку соли, отварить, откинуть на решето и протереть. Отдельно в подсоленной воде сварить 400 г шпината, откинуть на

решето, отжать, изрубить, протереть и смешать со щавелем. Желтки от 3—4 сваренных вкрутую яиц протереть сквозь сито в супницу, добавить 2 ч. ложки готовой горчицы, 2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки сахарного песка, 1—2 горсти рубленого зелёного лука, зелень петрушки и укропа, тщательно перемешать, положить подготовленные щавель и шпинат, развести 2—2,5 л хлебного кваса. Прибавить мелко изрубленные белки, нарезанные кубиками 3—4 огурца, 2—3 антоновских яблока, 2 варёные свёклы, 3—4 вареные картофелины, немного перца. Подать охлаждённой.

ЩИ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Капуста свежая 500 г, рыбные консервы —1 банка, морковь — 1 шт., лук репчатый —1 шт., жир —1 ст. ложка, корень петрушки, соль, зелень по вкусу.

В кипящую подсоленную воду опустить нарезанную кусками капусту. Нарезать брусочками морковь, петрушку, нашинковать репчатый лук. Слегка обжарить: вначале морковь 5—10 мин., затем петрушку —5 мин., лук — 5 мин., положить в отвар. Варить 20 мин., положить рыбные консервы, перец горошком, лавровый лист, соль, варить 10—15 минут.

ЩИ ЗЕЛЕНЫЕ

Шпинат 500 г, щавель 200 г, петрушка, сельдерей по 1 корню, лук репчатый 1 шт., мука 1 ст. ложка, маргарин 2 ст. ложки, яйцо 2 шт., сметана, лавровый лист, соль, перец по вкусу.

Шпинат перебрать, промыть, варить в кипящей воде до мягкости, протереть сквозь сито. Щавель припустить в собственном соку и протереть. Шпинат и щавель соединить с обжаренными кореньями, смешать с пассерованной мукой, развести горячей водой или костным бульоном и варить 15—20 мин. За 5 мин. до готовности заправить солью, перцем, лавровым листом. При подаче в щи положить ломтик сваренного вкрутую яйца и заправить сметаной или простоквашей.

ЛЕНИВЫЕ ЩИ

Капуста свежая 500 г, картофель 3 шт., мука пшеничная 1 ст. ложка, масло слив. —1 ч. ложка, сметана 50 г, соль по вкусу.

В кипящую воду или костный бульон положить свежую шинкованную капусту, после закипания добавить картофель. Когда овощи сварятся, добавить поджаренную в масле муку, заправить сметаной.

БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ

Свёкла —2 шт., картофель —4 шт., морковь —1 шт., корень петрушки —1 шт., лук репчатый —1 шт., лук зелёный —60 г.

шпинат —200 г, щавель —200 г, маргарин —2 ст. ложки, сметана —50 г, яйцо —1 шт., сахар —1 ч. ложка, уксус, зелень укропа и петрушки, соль — по вкусу.

Коренья, нарезанные ломтиками, спассеровать, незадолго до конца пассеровки добавить зелёный лук, нарезанный по 2—2,5 см. Свёклу варить целыми клубнями. Картофель нарезать дольками. Листья шпината и щавеля разрезать на 2—3 части.

В грибной бульон или воду положить свёклу (ранее отваренную целиком), нарезанную ломтиками, спассерованные коренья, картофель, лавровый лист, перец, соль и варить 20—25 мин. За 5—8 мин. до конца варки положить шпинат и щавель, влить свекольный отвар, добавить сахар. Уксус класть по вкусу. При подаче положить в тарелку ломтик сваренного вкрутую яйца, заправить сметаной и укропом.

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

Картофель —6 шт., морковь —1 шт., лук репчатый —1 шт., капуста цветная —500 г., корень петрушки —1 шт., сливки или молоко —1/2 стакана, масло сливочное —4 ст. ложки, соль, зелень по вкусу.

Морковь, петрушку, репчатый лук очистить, нарезать тонкими полукружками и обжарить в масле. Картофель нарезать на дольки, цветную капусту разобрать на отдельные кочешки. В кипящую подсоленную воду положить картофель, проварить 10 мин., добавить спассерованные коренья, цветную капусту и варить до готовности. Перед подачей на стол влить взбитые сливки или горячее молоко и перемешать.

СИРИЙСКИЙ СУП ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ

500 г чечевицы, 1,5 л воды, 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка соли, 60 г мелко нарубленного шпината, 1 ч. ложка лимонного сока или разведённой лимонной кислоты.

Чечевицу промыть. В кастрюле разогреть растительное масло и обжарить в нём мелко нарезанный лук. Добавить чечевицу, соль, залить водой и варить 1,5 часа. Добавить шпинат, варить ещё 15 мин. Заправить лимонным соком.

СУП ИЗ ДОМАШНИХ ОВОЩНЫХ КОНСЕРВОВ-САЛАТОВ

Остались запасы овощных консервов. Из них получится суп: на 1 л воды 3—4 картофелины, несколько ложек овощного салата, зелень укропа и петрушки.

ГОЛО-ГОЛО, А ЛУКОВКА ВО ЩИ НАЙДЕТСЯ

(Блюда из доступных недорогих овощей)

САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ

Кабачок очистите. У молодых кабачков достаточно срезать кончики и зачистить повреждённые места. Натрите на крупной тёрке или порежьте кубиками. Посолите, заправьте растительным маслом. Можно добавить немного уксуса. Посыпьте перцем, мелко нарезанным укропом и петрушкой. Особенно вкусен салат из кабачков-«цуккини».

ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ

Очистите кабачок, натрите на крупной тёрке. Добавьте столовую ложку муки (с верхом), яйцо, посолите по вкусу. Взбейте массу вилкой. Она должна иметь консистенцию теста для оладьев. Ложкой кладите в кипящее растительное масло, обжарьте с двух сторон. Подавать со сметаной или кефиром.

РЕДЬКА С СУХАРИКАМИ

Чёрный хлеб без корки нарезать фигурными кусочками, посыпать солью, обжарить на растительном масле. Тёртую редьку заправить квасом или уксусом, уложить в салатник, посыпать зелёным луком и по краям обложить кусочками жареного хлеба.

ЗАВАРНАЯ КАПУСТА

Кочан капусты зачистить, разрезать на 4 части, положить в неокисляющуюся посуду (глиняный горшок, эмалированная кастрюля), добавить анис, тмин, мяту, залить кипящим рассолом и дать остыть в нём. Чтобы капуста не всплыла, прижмите её небольшим гнётом. Когда рассол остынет, в него надо добавить корочку чёрного хлеба и оставить на 3—4 дня в тёплом месте. Заквашенную капусту подавать с растительным маслом. На 1 кг капусты: вода —1 л, соль — 25—30 г, тмин, анис — по 5 г.

КАПУСТА СКОРОГО ПРИГОТОВЛЕНИЯ «ПРАЗДНИЧНАЯ»

Нашинковать 2 кг капусты, 2 шт. моркови, 1 головку чеснока, по желанию можно добавлять свёклу, чернослив, изюм, лимон, пряные травы. В 1 л воды положить 1 стакан сахарного песку, 2 ст. ложки соли, 1 стакан подсолнечного масла, 1 стакан столового уксуса, прокипятить и залить капусту. Как остынет — можно есть.

КАПУСТА СОЛЁНАЯ В РАССОЛЕ

На 8 кг капусты —100 г чеснока, 50—100 г хрена, 300 г свёклы, по желанию —2—3 стручка красного перца.

Рассол: на 4 л воды 200 г крупной соли, 200 г сахара.

Капусту зачистить, удалить кочерыжку, разрезать на куски по 200—300 г. Мелко нарезать чеснок, натереть хрен, свёклу порезать кубиками. Можно добавить и натёртый корень петрушки. Всё плотно сложить в эмалированную кастрюлю или ведро. Рассол вскипятить, остудить, залить капусту тёплым. Покрыть крышкой, положить сверху груз. 48 часов держать в тепле, потом вынести на холод. Через 5 дней капуста готова.

ОВОЩНЫЕ БУТЕРБРОДЫ

Любые варёные или сырые овощи нарезать кружочками это будет основа бутерброда, заменяющая хлеб. Подойдут свёкла, морковь, репа, редька, тыква, огурец, кабачок. Сверху овощного кружочка положите рыбные консервы; творог, протёртый с помидорами и чесноком; любую пасту для бутербродов (см. выше). Украсьте зеленью, ягодами, фруктами. Такие бутерброды можно подать на праздничный стол.

ПЮРЕ ИЗ ЩАВЕЛЯ

Мелко нарезать 1/2 кг щавеля и потушить его без жира в воде несколько минут. Разогреть 4 ст. ложки муки, добавить 300 мл молока, посолить, довести до кипения. Положить подготовленный щавель, поварить 10 мин., заправить двумя растёртыми яичными желтками и молотым чёрным перцем. Такое пюре можно подать к яичнице-глазунье, можно выложить его сверху отваренных макарон или крупы — получится оригинальное второе блюдо. Наконец, остывшим, можно как пастой намазать бутерброды.

ПУДИНГ ИЗ КАБАЧКОВ И ЯБЛОК

1 кабачок, 1 яблоко, 1 ст. ложка молока, 1 ст. ложка масла или маргарина, 1 яйцо, 2 ч. ложки сахара, 2 ч. ложки манной крупы, 1 ст. ложка сметаны.

Кабачок очистить, нашинковать, тушить с молоком и маслом до полуготовности. Добавить нашинкованные яблоки, сахар, тушить 5 мин., всыпать манную крупу, подержать кастрюлю под крышкой на краю плиты 5–10 мин., слегка охладить. Добавить желток и взбитый белок, вымешать. Выложить в формочку, смазанную маслом, и запечь. Подавать со сметаной.

ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ

На 1 кг тыквы: 1 стакан муки, 0,5 стакана молока, 2—3 яйца, 1 ст. ложка сахара, соль по вкусу, жир для жарения.

Очищенную тыкву натереть на мелкой тёрке, всыпать муку, положить яйца, добавить соль, сахар, перемешать. Влить нагретое до 40—50° молоко, вымесить тесто. Деревянной ложкой выкладывать оладьи на сковороду с кипящим растительным маслом. Подавать горячими со сметаной, маслом или вареньем.

МАНТЫ С ТЫКВОЙ

Из муки, соли и воды замесить тесто как на пельмени. От теста отрывать кусочки, чтобы раскатать в кружок диаметром 9—10 см. На каждую лепёшку положить фарш: 400 г тыквы порезать мелкими кубиками, 100 г сала мелко нарезать, 2 небольшие луковицы нашинковать. Края лепёшек защипать. Манты варить на пару в специальной кастрюле или в пароварке 20—25 мин. Подать со сметаной или маслом.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

1 редьку натереть на тёрке, добавить 300 г квашеной капусты, 1 мелко нарезанную луковицу, соль, сахар, 2 ст. ложки растительного масла.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ СО СВЁКЛОЙ

Натереть 2 редьки и 2 сырые свёклы средних размеров. Добавить полстакана любого кислого сока — яблочного, лимонного, смородинного, заправить сахаром или мёдом по вкусу.

ЗЕЛЁНЫЕ ОЛАДЬИ

Мелко нарубить листья шпината, крапивы или молодой капусты. Приготовить тесто из муки и молока, добавить яйца, зелень, соль. Выпекать как обычные оладьи. На 2 стакана молока: 1 стакан муки, 3 яйца, 300 г зелени, соль по вкусу.

ЗЕЛЁНЫЕ ПЕЛЬМЕНИ

Замесить обычное тесто для пельменей (см. стр. 9). Начинка: нашинковать разную зелень — щавель, укроп, петрушку, сельдерей, зелёный лук, мяту. Посолить, поперчить, перемешать. Варить как обычные пельмени, подать со сметаной или домашним майонезом.

ТРУБОЧКА С НАЧИНКОЙ

Капустные листья пробланшировать, на каждый лист положить любой овощной салат, завернуть трубочкой, закрепить её колечком из моркови или свёклы. Уложить на блюдо, посыпать зеленью. Капустные листья можно заменить молодыми листьями винограда.

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С ХРЕНОМ

1/4 корня хрена, 2 моркови, 2 яблока, половина лимона, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу. Морковь и хрен натереть на тёрке. Яблоки нарезать соломкой. Лимонную цедру нашинковать, всё соединить, посолить.

САЛАТ ИЗ КАБАЧКОВ

200 г кабачков натереть на тёрке, также натереть яблоко, мелко нарезать маринованный или солёный огурец, луковицу, зелень укропа. Всё соединить, заправить сметаной, майонезом или растительным маслом.

САЛАТ ЛУКОВЫЙ

Большую луковицу или 2 средних нарежьте, обдайте кипятком в дуршлаге, потом холодной водой, отожмите. Нарежьте 2 крутых яйца, натрите 2 яблока, если есть — немного сыра. Всё перемешайте, посолите по вкусу, заправьте растительным маслом или майонезом. Можно уложить в салатник слоями: слой лука полить майонезом, яйца — майонез, сыр — майонез, яблоко — майонез, сверху разровнять ложкой. Или такой вариант: на лук кладёте только белки от яиц, а желтками, натерев их на самой мелкой тёрке, украшаете салат сверху.

ВЯТСКИЙ ХРЕНОДЕР

1 кг помидоров, 100 г хрена, 100 г чеснока пропустить через мясорубку, добавить соль, сахар по вкусу. Хранить на холоде. Раньше эту приправу рекомендовали к мясным и рыбным блюдам. А мы попробуем поливать ею отварные макароны, крупы.

ПЕЛЬМЕНИ ПО-ВЯТСКИ

Тесто приготовить обычное. Начинка: натёртая редька или грибы, отваренные или пережаренные с луком.

РЕПА ПЕЧЁНАЯ

10—12 репок средней величины запечь в духовке 30—40 мин., в готовой репке сделать надрез, положить небольшой кусочек масла. Посыпать зеленью.

ГОРОХОВЫЙ КИСЕЛЬ

Горох разварить (лучше в скороварке) и протереть через сито. Жидкое пюре по вкусу сдобрить солью и сахаром, выложить на эмалированный противень. Застывший кисель разрезать на куски, полить растительным маслом.

ИКРА ИЗ СВЕКЛЫ

Отварите свёклу до полуготовности, очистите, натрите на крупной тёрке. Налейте в котелок или жаровню для плова подсолнечное масло, в кипящее масло опустите натёртую на крупной тёрке морковь (3—4 шт.), обжарьте, добавьте свёклу, тушите 40 мин., помешивая. Посолите, поперчите, добавьте мелко нарезанный поджаренный лук (2—3 шт.), мелко нарезанную дольку чеснока. Это холодная закуска. Можно использовать для бутербродов.

СВЕКОЛЬНЫЙ КВАС

Сырую красную свёклу нарезать кусочками, залить кипячёной водой, закрыть крышкой с дырочками, дать постоять 3—5 дней. Соотношение свёклы и воды любое. Хранить при комнатной температуре. По мере употребления каждый раз добавлять воду, пока квас не потеряет вкус. Пить 3 раза в день по 1/2 стакана. Использовать для приготовления окрошки, ботвиньи и других блюд.

КАПУСТА СО СВЕКОЛЬНЫМ КВАСОМ

Капусту ошпарить, присолить, слегка отжать, залить квасом, посыпать зеленью петрушки, добавить чуть-чуть чеснока, полить подсолнечным маслом.

ОЛАДЬИ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК

На мелкой тёрке натираем 400 г моркови, вливаем 3 ст. ложки кефира, ряженки или простокваши, добавляем 2 ст. ложки манной крупы, соль по вкусу и четверть ч. ложки соды, погашенной уксусом. Всё это хорошо перемешиваем и даём постоять полчаса. Трём 2 яблока на крупной тёрке, добавляем в тесто, и кладём в него 2 яйца. Вместе с яблоками можно добавить в тесто немного чернослива, не более 100 г. Жарим оладьи на растительном масле. Самое лучшее — подать к столу со сметаной, но можно и с кефиром, вареньем.

САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ

Капуста 200 г, капустные кочерыжки — 2—3 шт., редька — 1 шт., морковь — 1—2 шт., лук репчатый 2 шт., чеснок — 2—3 зубчика, томатная паста — 2—3 ст. ложки, масло растительное — 2 ст. ложки, перец, соль по вкусу.

Листья капусты мелко нашинковать, кочерыжки порезать соломкой, заправить солью. Лук нашинковать кольцами, морковь и редьку натереть на крупной тёрке, чеснок мелко порубить. Всё смешать и добавить томатную пасту и растительное масло. В салат по вкусу положить соль, перец, уксус и тщательно пе-

ремешать. Выложить горкой в салатник, украсить ломтиками моркови, кольцами лука, зеленью.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЕДЬКОЙ

4 картофелины отварить, нарезать, добавить 1 мелко нарезанную луковицу. Натереть 1 редьку на крупной тёрке, перемешать с картофелем, посолить и заправить растительным маслом.

ПРАЗДНИЧНЫЙ КАРТОФЕЛЬ

Очищенный картофель сварить как обычно. Слить воду, залить тёплым свекольным квасом или соком на несколько минут, слить. Картофель разрезать пополам: середина получилась белая, а края красные. Уложить на блюдо, на каждую половинку положить кусочек масла.

ГОЛУБЦЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Капуста 800 г, картофель —4—5 шт., 1 яйцо, лук репчатый 2 шт., масло сливочное или маргарин —3 ст. ложки, соус сметанный с томатом, соль по вкусу.

Кочан капусты зачистить, вырезать кочерыжку и отварить до полуготовности в подсоленной воде. Затем разобрать кочан на листья, слегка отбить черешки. Приготовить фарш: протёртый отварной картофель смешать с обжаренным на масле (масло можно взять растительное, а также маргарин или любой жир) луком и рубленым яйцом. На подготовленные листья положить фарш и завернуть их в виде конвертов. Голубцы обжарить, сложить в неглубокую кастрюлю, залить сметанным соусом с томатом и тушить до готовности. Если нет сметаны, разведите мучную пассеровку картофельным отваром, положите томат.

ДРАНИКИ СО СМЕТАНОЙ

Картофель — 8 шт., мука — 1 ст. ложка, масло — 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Картофель очистить, помыть и натереть на мелкой тёрке. В полученную массу добавить соль, муку, хорошо перемешать и жарить на растительном масле как оладьи. Драники подавать со сметаной или молоком.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПАМПУШКИ

Картофель —10—12 шт., мука —4—5 ст. ложек, 1 яйцо, масло растительное —2 ст. ложки, сметана, соль по вкусу.

Картофель отварить в «мундире», охладить и очистить. Пропустить через мясорубку, добавить соль, яйцо, муку и вымешать

до однородной массы. Тесто раскатать до толщины 2 см, подсыпая на доску муку, чтобы не прилипало. Разрезать на ромбики и обжарить. Готовые пампушки полить маслом или сметаной.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ КОТЛЕТЫ

Картофель —8—10 шт., яйцо —2 шт., мука или панировочные сухари —2 ст. ложки, сметана —4 ст. ложки, зелень, соль по вкусу.

Картофель очистить, отварить. Отвар слить, картофель обсушить и протереть в горячем виде, как для пюре. В слегка остывшее пюре добавить яйца, обжаренный лук, хорошо размешать и разделать на котлеты. Запанировать их в муке или сухарях и обжарить с обеих сторон до образования золотистой корочки. Подать котлеты с маслом или со сметаной. Можно сделать и какой-либо соус: молочный или на картофельном отваре с томатом. Для соуса муку пассеруют с жиром и разводят необходимым количеством жидкости, дают закипеть. Соль, пряности — по вкусу.

РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ

Картофель —10—12 шт., яйцо —2 шт., лук репчатый —3 шт., молоко —1 стакан, масло —3 ст. ложки, перец, соль по вкусу.

Для фарша: капуста свежая —200 г, морковь —1 шт., корень петрушки —1 шт., лук репчатый —1 шт., масло сливочное или маргарин —100 г, зелень, перец, соль по вкусу.

В протёртый горячий картофель добавить горячее молоко, сырые яйца, соль, масло или маргарин и хорошо перемешать. Подготовленную массу разложить слоем 2 см на влажную салфетку, на середину положить фарш. Края лепешки при помощи салфетки хорошо соединить, придав форму рулета, который переложить швом вниз на противень, смазанный маслом или маргарином. Верх рулета смазать яйцом или сметаной и посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, проколоть в нескольких местах вилкой и поставить в горячую духовку на 25—30 мин., чтобы подрумянился.

Приготовление фарша: овощи нарезать в виде соломки и тушить до готовности. Снять с огня, посолить, добавить сырое яйцо и перемешать.

Такой же рулет можно приготовить с любым фаршем: мясным, рыбным, грибным, с рисом и яйцами, с зеленым луком и яйцами и т. д.

Мы приводим разнообразные рецепты блюд из картофеля, разумеется, и для тех, кто покупает его на рынке. Многим семьям всё же удаётся его выращивать, запасать на зиму и при отсутствии других продуктов питаться почти одним картофелем. Наши советы помогут вам разнообразить ваш стол.

КАРТОШКА С ЗАПРАВКОЙ

Сварите картошку, выложите на блюдо, сверху положите заправку: 2 луковицы нарежьте полукольцами, поджарьте вместе с 1 натёртой морковкой, добавьте немного соли, 2—3 нарезанных дольками помидора или 1 ст. ложку томатной пасты, можно положить 2—3 дольки чеснока. Потушить эту смесь 20—30 мин. на слабом огне.

ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

Картофель отварить и в горячем виде пропустить через мясорубку. На 10—12 картофелин добавить 1 яйцо, 1 ст. ложку с верхом муки, соль и перемешать. Массу разделать на круглые лепёшки и начинять их любым фаршем: овощным, грибным, из требухи, из свиного шпига с луком, из яиц с зелёным луком, из самой дешёвой ливерной колбасы и т. д. В качестве фарша могут пойти остатки любой каши, сдобренные яйцом. Словом, как говорили наши бабушки,— «в хлеб да в пирог всё завернёшь». Жарить пирожки можно на сковородке в разогретом растительном масле, а можно запечь в духовке.

Вообще, если картофеля вы запасли достаточно, а муки у вас немного, в любое тесто смело кладите картофельное пюре, картофельный отвар, только при этом не увлекайтесь сдобой.

КАРТОФЕЛЬНЫЕ БЛИНЫ СО СВИНЫМ САЛОМ

Очищенный картофель натереть, добавить муку, соль, перемешать и печь блины. Сало (шпик) нарезать мелкими кубиками и поджарить с луком. Блины переложить этой поджаркой и в утятнице подержать немного в духовке. Сразу подавать на стол.

На 10—12 картофелин — 2 ст. ложки муки, 200 г шпика, 2 луковицы, соль.

СМАЖЕНИКИ

Картофель сварить в кожуре, охладить и очистить. Приготовить соус: ст. ложку муки поджарить с 2—3 ложками любого жира до кремоватого цвета, добавить репчатый лук, развести сметаной или молоком до нужной консистенции. Соусом залить картофель и запечь в духовке. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

СЛАДКИЕ ПОНЧИКИ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Картофель отварить в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку. Добавить соль, яйцо, растительное масло, ванильный сахар или размолотые на кофемолке высушенные апельсиновые корки, муку и тщательно размешать. Дрожжи развести в под-

слащённом молоке, смешать со ст. ложкой муки и оставить для подъёма, после чего смешать с приготовленной картофельной массой и мукой. Полученное крутое тесто поставить для подъёма на 1 час. На доске, смазанной растительным маслом, раскатать пласт толщиной 1 см, нарезать стаканом кружочки и поджарить их в разогретом растительном масле с обеих сторон. Откинуть на сито. Подать можно, посыпав ванильным сахаром или просто сахарным песком, пудрой. 5 шт. картофеля, 1 яйцо, 1 ст. ложка сахара, 1 1/2 стакана растительного масла, 20 г дрожжей, 1 ст. ложка молока, 1 1/2 стакана муки, ванильный сахар, соль.

ПЕЧЕНЬЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СОЛЁНОЕ

Картофель отварить, остудить и натереть на тёрке. Добавить жир, желтки, соль, тмин и муку и замесить крутое тесто. Разделить тесто на 5 частей. Каждый кусок раскатать тонким слоем и нарезать квадратиками. Смазать печенье яичными белками, посыпать солью, тмином и испечь.

На 4 шт. картофеля — 100 г жира, 3/4 стакана муки, 2 яйца, тмин, соль.

ХЛЕБЦЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Картофель очистить и отварить. Приготовить из него пюре и поставить его в духовку, чтобы немного подсохло. Добавить сливочное масло или маргарин, остудить, в холодное положить 2 желтка и посолить. Разделить на кусочки, придав каждому форму круглого или овального хлебца, на котором сделать ножом насечки. Выпечь в духовке.

На 5 картофелин — 2 яйца, 2 ст. ложки масла или маргарина, 1 ст. ложка муки для подпыливания при разделке, соль.

КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЁННЫЙ С КАШЕЙ

Картофель очистить, отварить, отвар слить, но не выливать. Приготовить пюре. Отдельно сварить ячневую кашу, смешать с картофелем и отваром, запечь в духовке. Подать с простоквашей.

Таким образом можно использовать остатки каши от гарнира, от завтрака. Вообще, у каждой хозяйки пищевые остатки должны обязательно идти в дело. Скажем, оставшийся овощной гарнир можно добавить в первое блюдо, из остатков мучных и крупяных блюд сделать запеканки, начинки для пирожков, оставшиеся ягоды из компота добавить в кашу и т. п. — т. е. сделать так, чтобы члены вашей семьи не видели, что подаются некрасивые, потерявшие вид остатки какого-то блюда. Что-нибудь из этих остатков наверняка подойдёт для следующего блюда из картофеля.

КАРТОФЕЛЬ ФАРШИРОВАННЫЙ

Картофель (покрупнее) очистить и варить целым до полуготовности. С каждой картофелины срезать верхушку и осторожно вынуть середину. Внутрь положить любой фарш: лук, поджаренный с салом, овощи (тушёные остатки вчерашнего салата), кашу, сдобренную яйцом, отварной рубец с луком и чесноком, мозги, вымя, грибы, горох с салом и луком и т. д. Зафаршированный картофель покрыть срезанными верхушками, смазав их предварительно яичным белком, сбрызнуть растительным маслом и запечь в духовке. Подавать можно с любым соусом — сметанным, молочным или на картофельном отваре (см. ниже).

КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПИРОГ

1,5 кг сырого картофеля, 0,5 кг варёного картофеля, 1—1,5 л пахты или простокваши, мука, соль, маргарин, растительное масло или любой другой жир для жарения.

Сырой и отварной картофель натереть, прибавить пахту или простоквашу, муку, посолить. Положить на противень, смазанный жиром. Запечь в духовке до золотистого оттенка. Уже в тарелках смазать любым вареньем или украсить фруктами.

БЛИНЫ ИЗ КАПУСТЫ

Кочан свежей капусты разобрать на отдельные листья, опустить в кипящую подсоленную воду. Через 15 мин. откинуть на дуршлаг, каждый лист свернуть в 2—3 раза, как блин. Взбить 2 яйца, макать эти «блины» и обваливать в толчёных сухарях. Жарить на медленном огне. Есть можно и в горячем, и в холодном виде.

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА С МОРКОВЬЮ

Цветная капуста 400 г, морковь —1 шт., масло сливочное или маргарин —4 ст. ложки, мука —2 ст. ложки, сыр тёртый —100 г, молоко кислое —2—3 ст. ложки, яйцо (желтки) —2 шт., соль по вкусу.

Капусту разобрать на соцветия, отварить в подсоленной воде. Морковь очистить, промыть, нарезать кружочками, отварить в подсоленной воде, отцедить и обжарить в масле или маргарине, смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки.

Приготовить пассеровку из муки и масла, развести её отваром цветной капусты и прибавить тёртого сыра. Соус прокипятить 6—7 мин., снять с огня, прибавить желтки и кислое молоко. Сваренную капусту выложить на середину блюда, залить соусом. Вокруг положить приготовленную морковь.

РЕПА, ФАРШИРОВАННАЯ КАШЕЙ

Репа — 2 шт., каша — 100 г, масло сливочное или маргарин — 1 ст. ложка, сыр тёртый — 1 ст. ложка, сахар, соль по вкусу.

Репу очистить от кожи, залить кипятком на 3—5 мин. для удаления горечи. Положить в горячую подсоленную воду и отварить. В кипящее молоко всыпать манную крупу, сахар, соль, варить до загустения. Из репы осторожно вынуть ложкой мякоть, протереть её через сито, смешать с кашей и заправить маслом или маргарином. Этим фаршем заполнить репу, сбрызнуть маслом, посыпать тёртым сыром и на смазанной маслом сковороде запечь в духовке.

РЕПНИК

Очистить и мелко нарезать 4 репки средней величины, отварить до мягкости, откинуть на решето. Горячую репу размять и тщательно растереть в миске деревянным пестиком, прибавить 1 ст. ложку сливочного масла и снова растереть. Всыпать 0,5 чайной чашки манной крупы, добавить 2 яйца, 5 чайных чашек молока. Выложить в смазанную маслом форму и зарумянить в духовке.

КЛЕЦКИ ИЗ ОВОЩЕЙ

600 г различных овощей (морковь, кольраби, цветная капуста, белокочанная капуста, тыква, кабачок, картофель и т. д.), 180 г сливочного масла или маргарина, 2 ломтика белого хлеба, 2 яйца, 1 стакан молока, 250 г муки, мясной бульон или вода, соль, перец, 2 ст. ложки панировочных сухарей.

Овощи очистить, мелко порубить, обжарить в половине масла, добавить немного бульона или воды и тушить до готовности. Хлеб нарезать кубиками, слегка обжарить, перемешать с яйцами и мукой. Добавить остуженные овощи, посолить, поперчить и формовать клёцки. Опускать клёцки в кипящую подсоленную воду и варить 10 мин. Откинуть на сито, переложить в миску. Сухари обжарить на оставшемся масле и посыпать ими клёцки.

«РОЗА» ИЗ МОРКОВИ

Из яйца, воды и муки сделать пресное тесто, как на пельмени. Протереть на мелкой тёрке сырую морковь и мелко порезать лук. Из теста раскатать тонкие блины, посыпать их приготовленными овощами, свернуть рулетом, надрезать, уложить на глубокую сковороду надрезом вверх — «розой». Залить бульоном или водой, накрыть крышкой и варить 20 минут.

БЛЮДА ИЗ ТОПИНАМБУРА

Тем, кто имеет дачные или огородные участки, советуем завести относительно новую для нас культуру — топинамбур. Это растение неприхотливо, требует от огородника немногих усилий и независимо от погодных условий радует хорошим урожаем. Без полива в засушливый год только клубни будут помельче. Топинамбур не обязательно убирать осенью, можно сделать это весной, когда оттает земля и подойдут к концу все припасы... Неправильной формы клубни с приятным вкусом, напоминающим отчасти вкус капустной кочерыжки, обладают и лечебным действием, полезны при атеросклерозе, в начальных формах диабета. Топинамбур проще всего есть сырым. Вариантов салатов столько, сколько вы изобретёте.

Топинамбур очистить, натереть на крупной тёрке, посолить, добавить растительное масло — можно подавать.

А можно добавить любой другой овощ и смесь овощей: редьку, редиску, репу, капусту, лук, зелень, морковь, тыкву...

Топинамбур можно жарить, как картошку.

Можно есть варёным, тушеным, запечёным под любым соусом.

Можно нарезать его ломтиками, опустить на 2—3 мин. в кипяток, а затем подсушить в духовке. Полученные сухарики подавать как гренки к супу. А если поджарить посильнее и размолоть в кофемолке, можно варить напиток — заменитель кофе.

БЛЮДА ИЗ КРУП, КОТОРЫЕ ПОЧЕМУ-ТО НЕ ПОЛЬЗУЮТСЯ СПРОСОМ

СУП МОЛОЧНЫЙ «ВОЛЫНСКИЙ»

Ячневую крупу вместе с картофелем и мелко нашинкованной морковью сварить в молоке, разбавленном водой, добавить щепотку сахара. Солить по вкусу. 2 л молока, стакан воды, 1 морковка, 3 картофелины, полстакана ячневой крупы, соль, сахар.

СУП ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ

Картофель 3—4 шт., лук репчатый 1 шт., крупа овсяная 200 г, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

В костный бульон или воду засыпать промытый овёс, поварить 10—15 мин., добавить крупно нарезанный картофель, нашинкованную морковь, нарезанный кольцами лук, по вкусу — соль, перец, в конце варки — лавровый лист. Если варили суп на воде, можно заправить его взбитым яйцом. Посыпать зеленью.

СУП ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ

Перебрать и тщательно промыть овсяную крупу, залить горячей водой (2,5 л), поставить на огонь и варить, пока крупа не станет совершенно мягкой. Время от времени снимать пену. Протереть крупу через сито или дуршлаг и заправить солью и сливочным маслом.

Отварить в небольшом количестве жидкости чернослив, выложить его в тарелки и залить горячим овсяным разваром.

На 1 стакан овсяной крупы — 2 ст. ложки сливочного масла, 40 г чернослива.

МОЛОЧНАЯ КАША

В кастрюлю положить нарезанные овощи: свёклу, морковь, капусту, тыкву, кабачки, огурцы, репу, редис и т. д., – любые 2—3 вида. Овощи должны закрыть дно. На них — слой промытой крупы: рис, пшено, перловка, пшеничка и др. (одна — недроблёная, другая — дроблёная). Слой должен быть больше овощного. На крупу опять — овощи, так несколько раз, чтобы внизу и вверху были овощи. Залить горячей солёной водой, не перемешивая, довести до кипения, чтобы вода забурлила. Снять с огня, настаивать, хорошо укрыв, 40 минут. Готовую кашу перемешать, в тарелках добавить молоко.

ОВСЯНЫЕ БЛИНЫ

Сварить жидкую овсяную кашу на молоке, протереть её, добавить яйцо. Выпечь тонкие блины. Подавать с кислым молоком, сметаной, а также к ухе, супам.

Крупа овсяная — 30 г, молоко — 250 г, сахар — 6 г, яйцо — 10 г, масло — 10 г.

ОВСЯНЫЙ КИСЕЛЬ

Измельчите в кофемолке 5 ст. ложек овсяной крупы. Вскипятите стакан молока, растворите в нём ст. ложку мёда. Отдельно в холодном молоке разведите 2—4 ст. ложки овсяной муки. Варить как обычный кисель.

БЛИНЫ НА ПШЕННОЙ КАШЕ

400 г пшена промыть несколько раз в горячей воде, сварить на воде жидкую кашицу, отмерить её 4 стакана, остудить. Прибавить 2,5 стакана пшеничной муки и 25 г дрожжей. Дать подняться, положить 2 стакана гречневой муки, по 2 ч. ложки соли и сахара, вымесить до гладкости, дать подойти. За 15 мин. до выпечки развести тесто кипятком до нужной густоты.

КАША С ЛУКОМ И ШПИКОМ

4 стакана рассыпчатой каши (пшённой, пшеничной, перловой), 2 луковицы, 150 г шпика, соль по вкусу. Лук мелко нашинковать

и обжарить со шпиком, нарезанным мелкими кубиками. Размешать с горячей кашей.

КАША ИЗ ДРОБЛЕНОЙ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ

В кипящую подсоленную воду положить предварительно промытую крупу. Варить, помешивая, 15—20 мин., снять с огня, закрыть кастрюлю крышкой и поставить её на 40—50 мин. для упревания, хорошо укрыв.

Для рассыпчатой каши — на 2 стакана крупы 4 стакана воды, для вязкой —5 стаканов воды, 1 ч. ложка соли.

Кашу можно сварить на молоке, а также на фруктовом или овощном отваре. Так же варится ячневая каша.

КАША ЯЧНЕВАЯ С КАРТОФЕЛЕМ

Крупа ячневая 0,5 стакана, 6 картофелин, 1 ст. ложка сливочного масла, соль по вкусу.

Картофель очистить, залить холодной водой, засыпать слоем промытой крупы, добавить соль, масло и варить до готовности. Готовую кашу можно подать с молоком или простоквашей.

КРУПЕНИК ИЗ ЯЧНЕВОЙ КАШИ

Из 500 г ячневой крупы сварить крутую кашу на воде или кислом молоке. Выложить кашу в миску, смешать с 1—2 ложками простокваши и 3 ложками сметаны. Подать к щам или борщу.

ПЕРЛОВАЯ КАША

Промытую перловую крупу засыпать в кипящую воду и варить 10—15 мин. Откинуть на сито или дуршлаг, дать стечь воде, переложить в кастрюлю с горячим подсоленным молоком, варить на слабом огне 15—20 мин. до загустения. Добавить сахар и поставить в нежаркую духовку на 20—25 мин. для упревания.

На 1 стакан перловой крупы —4 стакана молока, 1/2 ст. ложки сахара, 1/2 ч. ложки соли.

ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ, ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ОВСЯНАЯ

Промытую крупу всыпать в кипящее молоко и варить до готовности. Когда каша остынет, положить в неё сахар, соль, сырые яйца, хорошо размешать, выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму или сковороду, разровнять, смазать смесью яиц и сметаны. Запечь в духовке до образования румяной корочки. Готовую запеканку выложить на блюдо, разрезать на порции и уже на тарелках полить ягодным киселём.

На 1 стакан крупы: 3 стакана молока, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка сметаны, 1 яйцо, 1/4 ч. ложки соли.

КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ

Морковь очистить, промыть, нарезать тонкими ломтиками, сложить в посуду, добавить немного сливочного масла или маргарина и воды и варить при слабом кипении до готовности. Выложить на сито, дать стечь жидкости, измельчить, соединить с вязкой горячей пшённой кашей, добавить яйца, перемешать. Разделать на котлеты, обвалять в сухарях, обжарить. Подать с молочным соусом или со сметаной.

На 1,5 стакана пшена — 5—6 шт. моркови, 5 ст. ложек масла, 2 яйца, 3 ст. ложки сухарей, 4 стакана воды или молока, соль по вкусу.

БИТОЧКИ ЯЧНЕВЫЕ С ТВОРОГОМ

Ячневую крупу промыть, варить в подсоленной воде. Когда каша загустеет, оставить на краю плиты на 30—40 мин. для упревания. В готовую кашу добавить творог, сырое яйцо, сахар, перемешать, разделать биточки, обвалять в сухарях и жарить на сковороде в масле. К биточкам подать ягодный кисель или фруктовый соус.

На 1 стакан ячневой крупы: 180 г творога, 1,5 ч. ложки сахара, 1 яйцо, 3 ст. ложки молотых сухарей, 3 ст. ложки масла, 3,5 стакана воды.

ПЛОВ ИЗ ТЫКВЫ И ФРУКТОВ

Свежие яблоки, айву или груши очистить от кожицы, удалить семена, разрезать на мелкие кубики, смешать с промытым изюмом (см. выше, как сделать изюм из вишни). В кастрюле растопить часть масла, покрыть дно ломтиками тыквы, насыпать на неё треть нормы промытой крупы (лучше, конечно, рисовой, но если её нет — то пшеничной или перловой), положить слой фруктовой смеси, засыпать крупой, снова фрукты, и снова крупа, и т. д., крупа должна быть сверху. Полить плов оставшимся маслом, залить горячей водой, так, чтобы покрыть водой верхний слой крупы. Вода должна быть заранее подсолена. Кастрюлю накрыть крышкой и варить на слабом огне без помешивания 1 час.

На 1,5 стакана крупы: 500 г тыквы, 200 г свежих яблок, по 100 г айвы (груши) и изюма, 1/2 стакана масла или маргарина.

КАША ИЗ ЧЕЧЕВИЦЫ

2 стакана чечевицы промыть, залить водой, дать закипеть и положить очищенную луковицу, морковь, дольку чеснока. Сварить и откинуть на решето или дуршлаг. 1 мелко нарезанную луковицу обжарить в 2 ст. ложках растительного масла, заправить этой обжаркой чечевицу, добавить соль, перец, уксус по вкусу.

ГРЕЧНЕВИКИ

Из отходов гречневой крупы — продела — можно готовить вязкие каши на воде или молоке, а можно испечь гречневики. Раньше этими гречневыми лепёшками торговали на улицах, как нынче пирожками. Делали их так. Густую, вязкую кашу выложить на блюдо слоем в палец. Когда остынет, нарезать квадратиками, ромбами, обмакнуть каждый в яйцо, обвалять в муке или сухарях и зажарить в растительном масле или маргарине. Или же кашу перемешать с яйцом, сделать из неё круглые лепёшки, обвалять в муке или сухарях и поджарить. Гречневики можно подать к русским щам вместо гренок, а можно есть как самостоятельное блюдо.

ПОД КАКИМ СОУСОМ МЫ ВСЕ ЭТО ПОДАДИМ?

СОУС ИЗ РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА

1/2 стакана растительного масла, 1—2 ст. ложки столового уксуса, 1/2 ч. ложки сахара, соль, перец по вкусу.

СОУС ИЗ РЯЖЕНКИ, ВАРЕНЦА

1 стакан ряженки или варенца, 1 ч. ложка лимонного сока или разведённой лимонной кислоты, взятой на кончике ножа, горчица, соль по вкусу. Всё тщательно взбить.

ЧЕСНОЧНАЯ ЗАПРАВКА

100 г чеснока очистить, мелко порубить и развести в стакане кваса.

СОУС МЯТНЫЙ

Вымыть, мелко нарубить листочки свежей мяты — 1 горсть. Вскипятить 1 стакан столового уксуса (по желанию можно наполовину развести водой), положить 1,5 ст. ложки сахара, размешать, остудить, залить мяту, дать настояться.

СОУС МОЛОЧНЫЙ ИЛИ НА ОВОЩНОМ ОТВАРЕ

Столовую ложку муки поджарить на сухой сковороде до золотистого цвета, остудить. Развести молоком или отваром от овощей, которые варились очищенными: картофель, капуста, морковь, свёкла. Прокипятить. По желанию можно отдельно поджарить лук в любом жире, ввести его в соус. Можно добавлять и томат или свежие помидоры.

ХЛЕБ — НА ПЕРВОЕ, НА ВТОРОЕ И НА ТРЕТЬЕ

ХЛЕБНЫЙ СУП С КАЛИНОЙ И МЕДОМ

Калину перебрать, залить кипятком, дать постоять полчаса. Воду поменять и варить на слабом огне полчаса. За 10 минут до конца варки положить натёртые на тёрке ржаные сухари и мёд. Если нет мёда, добавьте сахар и раздробленную сушёную апельсиновую корку. Суп можно подавать и горячим, и холодным. Можно в тарелки положить сметану.

На 1 л воды: 250 г калины, 300 г сухарей, 5 ст. ложек мёда.

ХЛЕБНЫЙ СУП ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

Корки ржаного чёрствого хлеба нарежьте мелкими кусочками, смешайте с рубленой зеленью петрушки и мелко нарезанным репчатым луком и поджарьте на сливочном масле или маргарине. Залейте водой, доведите до кипения, посолите. Непрерывно помешивая, осторожно введите тщательно растёртое яйцо.

На 1,5 л воды: 300 г корок, 50 г сливочного масла, 3 яйца, луковица, зелень петрушки.

КРАСНЫЙ ЛЕТНИЙ СУП

Растереть 4 помидора, 4 зубчика чеснока, 1 сладкий перец, прибавить 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки уксуса, 2 стакана холодной воды и 200 г чёрствого чёрного хлеба. Всё размять, можно протереть сквозь сито. Посыпать зеленью укропа и петрушки.

ТЮРЯ ИЛИ МУРЦОВКА

400 г чёрного хлеба нарезать маленькими кусочками, не обрезая корок, положить в большую миску или кастрюлю, добавить 100 г подсолнечного масла, 2 ст. ложки тёртого хрена, 1 ст. ложку мелко рубленого репчатого или зелёного лука, 1 ч. ложку соли, немного перца. Перемешать, развести 1,2 л хлебного кваса и по-

дать. Квас можно заменить простоквашей пополам с водой или сывороткой.

ТЮРЯ С КИСЛЫМ МОЛОКОМ

0,5 стакана рубленых молодых листьев чёрной смородины, 200 г чёрствого хлеба, стакан кислого молока, 5 ст. ложек рубленого зелёного лука, 2 л воды, соль. Листья смородины мелко изрубить, залить кипятком, подсолить, довести до кипения, охладить. В тарелку покрошить хлеб, лук, влить кислое молоко, отвар вместе с листьями.

ЗАКУСКА ИЗ ЧЕРСТВОГО РЖАНОГО ХЛЕБА

100 г хлеба, 2 помидора, 2 яйца, 0,5 стакана воды, 3 ст. ложки растительного масла, 5 зубчиков чеснока, соль.

Яйца взбить, добавить подсоленную воду, нарезанные помидоры, мелкие кубики чёрствого хлеба. Смесь поставить на огонь и довести до кипения при непрерывном помешивании. Охладить и заправить толчёным чесноком и растительным маслом.

ХЛЕБ С ЧЕСНОКОМ

Хлеб нарезать ломтиками, обжарить в растительном масле или маргарине, посыпать чесноком, растёртым с солью. Соли и чеснока брать по вкусу.

ЧЁРНЫЙ ХЛЕБ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ

Ломтики хлеба поджарить с обеих сторон в растительном масле или маргарине. Посолить, положить на каждый ломтик порезанный кольцами лук, можно — предварительно поджаренный

ЯИЧНИЦА С ХЛЕБОМ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

Нарезать чёрствый хлеб мелкими кубиками, перемешать с мелко нарезанным зелёным луком и обжарить на сковороде на топлёном масле или на любом другом жире. Залить взбитыми яйцами, посолить, поперчить. Можно посыпать сыром, поставить сковороду в духовку на 3—4 мин. Готовую яичницу посыпать зеленью петрушки и укропа.

УКРАИНСКИЕ ПАМПУШКИ

Чёрствый хлеб нарезать кусочками толщиной 2—3 см, длиной около 8 см. В миске растереть с солью 4—5 зубчиков чеснока, залить их 3—4 ложками воды и 2 ст. ложками растительного масла. В эту приправу опускать ненадолго каждый кусочек хлеба и складывать в тарелку. Подавать к борщу.

ОЛАДЬИ ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА

Взбить 100 г молока, 1—2 яйца, 1 ч. ложку сахара, соль по вкусу. Добавить нашинкованную и припущенную на подсолнечном масле морковь или припущенную в подсоленной воде капусту. Годится тушёная тыква или мелко натёртое яблоко. В эту смесь добавить 150—200 г чёрствого хлеба, нарезанного кусочками. Сильно нагреть сковороду с подсолнечным маслом, ложкой выкладывать тесто. Если хлеб чёрный, добавьте пассерованную луковицу.

ТЕФТЕЛИ ИЗ ХЛЕБА

В глубокую посуду положите мелко нарезанный хлеб, жареный репчатый лук, сваренное вкрутую и мелко нарубленное яйцо, соль, перец по вкусу. Добавьте немного муки, растительного масла и сырое яйцо. Перемешайте, сделайте из массы тефтели, обжарьте их, залейте сметаной или томатным соусом и поставьте на 5—10 мин. в духовку.

СЫРНЫЕ ХЛЕБЦЫ

Чёрствый белый хлеб нарежьте ломтиками, обжарьте с одной стороны в масле или маргарине и, перевернув, положите на обжаренную сторону кусочек сыра. Дальше жарьте под крышкой. Можно делать по-другому: ломтики хлеба, слегка смазанные маслом, посыпать тёртым сыром и поставить на несколько минут в духовку. Или сложнее: тёртый сыр смешать по желанию с мелко натёртой морковью, зеленью, рубленым крутым яйцом, отварным рисом и т. п. и опять-таки запечь.

КАРАВАЙ ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА

Чёрствый белый хлеб натереть на тёрке, залить кипящим молоком и дать постоять около часа. Затем размешать, добавить сливочное масло, сахар, яйца. Ещё раз тщательно перемешав, выложить в смазанную маслом и обсыпанную сухарями форму и поставить в духовку на 30—40 мин. Готовый каравай можно посыпать сахарной пудрой или подать с фруктовым соусом, киселём.

На 400 г белого хлеба: 1,5 стакана молока, 4 яйца, 50 г сливочного масла.

ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ

Мякиш сухого белого хлеба нарезать небольшими ломтиками толщиной 3—4 мм. Смешать яйца с молоком и сахаром. Ломтики хлеба обмакнуть в эту массу и уложить на противень, смазан-

ный маслом и посыпанный сухарями. Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать тонкими ломтиками, прокипятить 3—4 мин. в сахарном сиропе, откинуть на сито и охладить. Некислые яблоки можно класть сырыми, посыпав их немного сахарным песком. Яблоки выложить на хлеб, покрыть ещё одним слоем так же подготовленных ломтиков, запечь в духовке.

На 400—500 г белого хлеба: 250—300 г яблок, 2—3 яйца, стакан молока, 0,5 стакана сахарного песка.

ЗАПЕКАНКА ИЗ РЖАНОГО ХЛЕБА

Обдирный или ржаной хлеб без корок натереть на мелкой тёрке и прогреть со сливочным маслом или маргарином (60 г). Всыпать сахарный песок, корицу и тщательно перемешать. Отдельно припустить в масле или маргарине очищенные и нарезанные ломтиками яблоки. На глубокую сковородку, смазанную маслом и обсыпанную сухарями, положить слоями хлеб и яблоки и залить смесью молока и яиц. Запечь в духовке.

На 500 г чёрствого хлеба: 150 г сахарного песка, 0,5 кг яблок, 120 г сливочного масла или маргарина, стакан молока, 2 яйца, корица.

КЛУБНИЧНЫЙ ТОРТ ПО-АМЕРИКАНСКИ

Чёрствую булку натереть на тёрке, смешать с ягодами и кефиром. Несколько ягод размять с сахаром, добавить в смесь. Выложить в форму, дать постоять, подать на десерт. На 1 «городскую» булку — 150—200 г ягод, стакан кефира.

ПУДИНГ С ИЗЮМОМ

Чёрствый белый хлеб очистите от корок и натрите на тёрке. Влейте в крошку стакан кипящего молока, размешайте и дайте постоять 30—40 мин. Добавьте в массу желтки, сахар, по желанию — цедру лимона, изюм, распущенное сливочное масло или маргарин, всё размешайте. Введите в массу взбитые белки и выложите всё в форму, смазанную жиром и посыпанную сухарями. Запекайте в средненагретой духовке полчаса. Подавая, полейте сиропом от варенья.

На 0,5 кг чёрствого хлеба: 1 стакан молока, 3—4 яйца, 0,5 стакана сахара, 0,5 стакана изюма, 1 ст. ложка масла или маргарина.

ПУДИНГ ИЗ СУХАРЕЙ

Зачерствелый хлеб подсушите в духовке, сухари пропустите через мясорубку. Стакан сухарной муки смешайте с 1/2 стакана молока или сметаны, добавьте сырое яйцо, ст. ложку орехов, изюма или рубленой кураги. Смажьте форму маслом, посыпьте сухарями, выложите массу и запеките её в духовке.

ЧАК-ЧАК

Если у вас остались от лучших времён небольшие запасы мёда, вы можете сделать из хлеба отличное праздничное блюдо. Белый хлеб нарежьте квадратиками и обжарьте во фритюре, сложите в большую посуду. В другой посуде вскипятите 300 г мёда и 100 г сахара. Хлеб перемешайте с этим сиропом и разровняйте пластом толщиной в 2 пальца. Когда масса остынет, нарежьте плитками и подавайте к чаю.

БЛЮДА ИЗ НЕДОРОГИХ МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

СВИНЫЕ НОЖКИ

Хорошо вычищенные свиные ножки залить холодной водой, варить до готовности, добавив в воду луковицу, несколько горошин чёрного перца, лавровый лист и соль по вкусу.

Свиные ножки хорошо подать с гороховой кашей или отварными бобами, тушёной квашеной капустой.

СТУДЕНЬ

Свиные и говяжьи ножки, голяшку, покромку, крылышки, шейки и лапки кур почистить, промыть. Залить холодной водой (на 1 кг мясных продуктов примерно 1,5 л воды; соотношение жно выдерживать, т. к. добавлять воду уже будет нельзя), варить 5—6 часов. За 1—1,5 часа до конца варки положить разрезанную на крупные куски морковь, лук репчатый, лавровый лист, перец горошком. Курятину, куски мяса положить на 1,5 часа позже, чем ножки, кости, голяшки. В конце варки бульон посолить. Мясо вынуть из бульона, отделить от костей, мелко порубить или прокрутить через мясорубку. В бульон положить мясо и набухший, предварительно разведённый в бульоне желатин (на 1 л бульона —1—2 г желатина). Студень довести до кипения, но не кипятить, положить в него мелко нарубленный чеснок, размешать и разлить по лоткам. Держать в холодном месте. Подавать с хреном, горчицей, острой овощной закуской, хлебным или свекольным квасом.

КОТЛЕТЫ ИЗ ВЫМЕНИ

На 1 кг вымени: 1/3 белого батона, 2 луковицы, 1 яйцо, соль и перец по вкусу.

Сырое вымя пропустить через мясорубку с луком, второй раз — с замоченным в воде или молоке батоном. В фарш добавить сырое яйцо, перец, соль. Сформовать котлеты, запанировать в сухарях, жарить на раскалённом жире.

Другой вариант:

300 г отварного вымени, 1,5 кг филе скумбрии, 2—3 луковицы, 150 г белого хлеба, 3 яйца, 1/2 стакана молока, чеснок, перец, соль по вкусу.

Вымя, рыбу, намоченный в воде или молоке хлеб, лук дважды пропустить через мясорубку. Добавить в фарш сырые яйца, молоко. Жарить на подсолнечном масле.

ВЕТЧИНА ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ИЛИ СВИНОЙ ОБРЕЗИ

Иногда в продаже бывает обрезь — продукт, своим видом пугающий неопытную хозяйку. Но коли настоящее мясо нам практически недоступно, не будем пренебрегать никакой возможностью добавить в наш скудный рацион животные белки и жиры. Обрезь можно дома тщательно разобрать, выбрав кусочки получше на котлеты или на первое блюдо, плёнки оставив на возможный студень, жир перетопив для жарения. А можно, не перебирая, приготовить вкусное блюдо.

Итак, обрезь промываем, не очищая плёнки и жир. Солим, перчим по вкусу, нашпиговываем чесноком, наливаем немного сухого вина (можно и без него). Кладём продукт в крепкий полиэтиленовый мешок, завязываем, укладываем в кастрюлю, сверху ставим гнёт и выдерживаем в холодильнике 1 сутки. Затем перекладываем из мешка в жаровню, подливаем немного воды и ставим в духовку на маленький огонь на 3 часа. Остужаем до 40—50°, перекладываем в чистый полиэтиленовый мешок вместе с невыкипевшей жидкостью, заворачиваем в виде колбасы. Хранить в холодильнике.

БЛЮДА ИЗ РУБЦА

Рубец, иначе говоря — требуха, вкусная вещь, надо только уметь его приготовить. Прежде всего рубец надо тщательно выскоблить ножом под струёй воды и многократно промыть. Замочить в подсоленной воде на 2—3 часа для удаления запаха. Мелко нарубить лук, чеснок и смесью их с солью и перцем хорошо обсыпать куски рубца, завернуть их в виде рулетов, завязать ниткой. В кастрюлю, где будет вариться рубец, хорошо сразу положить морковку, картофелину, луковицу, душистый перец, лавровый лист. Лучше всего варить рубец в скороварке — достаточно 1 часа. А в обычной кастрюле понадобится 4—5 часов. Готовые рулеты охладить, подать с хреном, горчицей, острой овощной закуской.

Можно не делать рулеты сразу. Отварить кусочками и остывшие обсыпать чесноком, перцем и закрутить.

Подготовленный таким образом рубец можно использовать как начинку для блинчиков, пельменей, пирожков. А можно сам рубец сделать с начинкой:

Крупу слегка отварить, смешать с луком, поджаренным на

сале, посолить, зашить в подготовленный рубец и варить в подсоленной воде с кореньями и специями. Почти готовый, такой фаршированный рубец можно допечь в духовке, смазав его сметаной.

Для фарша можно взять сырой картофель. Нарезать его кусочками, смешать с нарезанным шпиком, луком и дальше поступать, как указано выше.

«КОЛБАСКИ» ИЗ ПТИЧЬИХ ШЕЕК

С птичьих шеек снять кожу «чулком». Сами шейки можно пустить на суп, а кожу, зашив предварительно с одного конца, начинить любым фаршем: порезанный кубиками чёрный хлеб поджарить на сале с луком; сырой картофель со шпиком и луком; отваренная до полуготовности крупа со шпиком и луком; овощи, припущенные и смешанные с крупой и т. д. В фарш добавить сырое яйцо, соль, перец. Начинить снятую кожу, зашить, отварить в течение 15—20 минут в зависимости от состава фарша. Можно после обжарить, облить томатным или чесночным соусом.

КАК ИЗ 100 Г МЯСА СДЕЛАТЬ КОТЛЕТЫ НА ВСЮ СЕМЬЮ

Хоть мы и условились в начале, что не будем в этой книге давать рецепты традиционных мясных и рыбных блюд, но одно исключение сделать всё же необходимо. Речь пойдёт об очень экономных котлетах. Сделайте мясной фарш как обычно, а вместе с мясом прокрутите через мясорубку любые овощи в объёме, превышающем объём мяса в 1,5—2 раза. Как обычно, кладите лук, чеснок, перец, соль. Влейте воды или молока. На каждый стакан жидкости введите в массу 1 ст. ложку манки и 1 яйцо. Котлетная масса должна быть жидковатой. Точные пропорции не указываются, т. к. разные овощи — морковь, тыква, капуста, кабачок — дают разное количество сока. Попробовав приготовить это блюдо, вы быстро приноровитесь делать массу нужной консистенции.

Теперь приготовим подушку для котлет, которая станет гарниром. Любые овощи шинкуем, слегка сдабриваем растительным маслом, слегка солим и укладываем в глубокую сковороду. Духовка к этому времени сильно разогрета. Большой деревянной ложкой выкладываем котлетную массу на «подушку» и ставим сковороду в духовку. Сначала — на сильный огонь, чтобы котлеты подрумянились. Потом огонь надо убавить, а сковороду накрыть крышкой. Наконец выключить духовку, но ещё немного подержать в ней сковороду. Сочетание разных овощей, мясного сока, специй делает это блюдо неповторимым. А главное — не пропадает ни грамма питательных веществ, всё пойдёт на пользу.

«ИТАЛЬЯНСКАЯ» ПОДЛИВА К МАКАРОНАМ

Если у вас есть кусочек мясного фарша размером с котлету, попробуйте накормить семью таким блюдом:

Обжарьте фарш на любом жире. Отдельно в жаровне обжарьте 2—3 мелко нарезанные луковицы. В лук добавьте, если есть, кусочек плавленого сыра, перемешайте, положите обжаренный фарш и томатный соус. Разбавьте горячей водой до консистенции жидкой сметаны. Поперчите, посолите, добавьте толчёный чеснок. Отварные макароны или рассыпчатую кашу из круп, чечевицы, фасоли полейте этой горячей подливой.

ДАВАЙТЕ ПОЧАЕВНИЧАЕМ

ФРУКТОВЫЕ ВИТАМИННЫЕ И ТОНИЗИРУЮЩИЕ ЧАИ

1. Кожицу и сердцевину яблок и груш, оставшихся от консервирования или приготовления сока в соковыжималке, высушить, размолоть. Смешать 2 части порошка с 1 частью сахара. Хранить в плотно закрытой стеклянной банке. Заваривать 1 ст. ложку на стакан кипятка.

2. Рябину бланшируем 1 мин. в кипящей подсоленной воде, чтобы уменьшить горечь. Эта операция может не потребоваться, если рябина проморожена. Сушим в духовке, размалываем, смешиваем с сахаром 1:1. Храним в плотно закрытом сосуде, завариваем 2 ст. ложки стаканом кипящей воды.

3. Витаминный чай, употребляемый при простуде. Ягоды малины, шиповника и лесной рябины взять по 1 части. Шиповник и рябину бланшируем 1 мин., добавляем 1 г аскорбиновой или 3 г лимонной кислоты. Ягоды высушиваем в духовке, размалываем вместе с семенами. Добавляем сахар 1:1, завариваем 2 ст. ложки на стакан кипятка.

4. Тонизирующий чай. Взять по 1 части ягод чёрной смородины, листьев чёрной смородины и листьев лимонника. Ягоды сушим в духовке, листья — на воздухе. Всё измельчаем и перемешиваем, добавляем сахар 1:1. Заваривать 2 ст. ложки на стакан кипятка.

5. Также можно взять по 1 части ягод малины и красной смородины и листьев лимонника. Готовить, как указано выше.

6. Ягоды малины и красной смородины сушим в духовке, размалываем, берём по 1 части, добавляем 1 часть сушёных перетёртых листьев винограда и 1 часть сахара. Заваривать 1 ст. ложку на стакан.

7. Если у вас есть сад и вы готовите из ягод желе, удаляя косточки (малина, красная смородина), не выбрасывайте их. Просушите, храните в плотно закрытой посуде. Размалывать можно непосредственно перед заваркой.

8. Из косточек калины также получается целебный чай. Размалываем, завариваем как кофе — 1,5—2 ч. ложки на стакан кипятка. Такой чай снижает кровяное давление, оказывает желчегонное и потогонное действие.

9. Чай из шиповника широко известен. 5—7 размятых свежих или сухих размолотых ягод залить стаканом холодной воды, довести до кипения, настаивать, хорошо укрыв, 15—20 мин. Можно добавить и сушёные цветы шиповника. Чай богат витамином С, обладает также мягким желчегонным действием.

10. Земляничный. Смешать 70 г сушёных листьев земляники, 15 г лепестков шиповника, 15 г цветов вереска. Брать этой смеси по 2 ч. ложки на стакан кипятка, настаивать 8—10 мин.

11. Смородиновый. Смешать листья смородины (40 г), малины (30 г), ежевики (30 г). 1 ст. ложку смеси залить 0,5 л кипятка, настаивать 10—12 мин. Напиток хорошо утоляет жажду, улучшает обмен веществ, повышает защитные силы организма, стимулирует деятельность органов пищеварения, оказывает жаропонижающее действие.

12. Чай «Лесная сказка». 40 г листьев шиповника, по 30 г листьев чёрной смородины и лесной земляники. Оказывает противосклеротическое действие, способствует выведению токсинов и очищению организма.

13. Липовый чай. 1 ст. ложка сухих цветов липы на 1 л кипятка. Настаивать 20 мин. Пить хорошо с мёдом при простудах.

14. Плоды шиповника с листьями чёрной смородины, 5:1. Способ заварки см. выше.

15. Плоды шиповника и рябины, 4:1.

16. Листья земляники, ежевики, кипрея, чёрной смородины, трава чабреца, плоды шиповника (1:1:1:1:0,5:2).

17. Если с чаем станет совсем плохо, постарайтесь набрать за городом траву иван-чая. Она наиболее близка из всех трав к привычному нам чаю. Можно её просто высушить, а можно приготовить более сложно. Свежесобранным листьям дать подвянуть в тени, затем скрутить между ладонями в трубочки-колбаски, чтобы дали сок. Уложить горкой на большое блюдо, накрыть влажной салфеткой и поставить в тёплое место на 5—6 часов. После этого мелко нарезать и на ситах или противнях, застеленных пергаментом, сушить при температуре 100° около часа. Чаинки хорошо просушенного чая ломаются, но не рассыпаются в труху. Высушенный чай храните в плотно закрытой посуде.

Нелишне напомнить, как заваривать обычный чай, чтобы он расходовался экономнее. Сразу как поставите греть воду для чая (лучше, если вода будет отстоянная 3—4 часа, чтобы улетучился хлор), начинайте готовить заварочный чайник. Тщательно его промойте. Никогда никакими моющими средствами не мойте его внутри, применение их отбивает вкус у заварки. Поставьте кипятить воду в небольшой плошке и, когда закипит «белым ключом»,

трижды ополосните заварник. Теперь его надо осторожно обсушить над огнём — чайник для заваривания должен быть сухим и горячим. Пока вы хлопотали, вода в большом чайнике начинает «шуметь». Самое время засыпать в заварник чай и не пропустить момент, когда пузырьки кислорода активно пойдут вверх (но «белого ключа» ещё нет!) — чайник в это время издаёт характерный шум, называемый «шум сосен». Заливайте заварник на 2/3, накрывайте салфеткой, а большой чайник можете покипятить ещё. Через 5 минут долейте заварник и можете пить чай. Хлопотно? Конечно. Но ведь это позволит вам расходовать чая вполовину меньше, чем при небрежной заварке, когда хозяйка может залить чай и перекипячённой, и дважды кипячённой водой.

НАПИТОК ИЗ ЛИСТЬЕВ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Свежие молодые листья моют, взвешивают, режут ножом из нержавеющей стали, кладут в стеклянную банку. На 50 г листьев надо налить 300 г подкисленной лимонной кислотой или ягодным соком холодной кипячёной воды. Банку ставят в тёплое место, через сутки массу отжимают через марлю. В настой можно добавить немного сахара. Можно насушить листьев для такого напитка впрок, собрав их во время цветения.

КОФЕ ИЗ БОЯРЫШНИКА

Плоды залейте кипятком и сразу слейте воду — так боярышник быстрее и равномернее высохнет. Сушите в тени, досушивайте в духовке. Сушёные плоды смолоть на кофемолке, сварить напиток. Можно добавить цикорий. На стакан воды — 2—3 ч. ложки порошка боярышника, 0,5 ч. ложки цикория. Напиток успокаивает, снижает кровяное давление, нормализует работу сердца.

КОФЕ ИЗ ЦИКОРИЯ И ЛОПУХА

Корни заготовить ранней весной или поздней осенью. Высушить, обжарить, размолоть.

КОФЕ ИЗ ЯЧМЕНЯ

Зёрна ячменя хорошо прокалить, охладить, размолоть.

КРЕМ ИЗ ЯГОД

Взбить миксером в воздушную массу 500 г ягод с 4 ст. ложками сахара и 2 яичными белками. Переложить в стеклянные вазочки и поставить на 2—3 часа в холодильник.



«ШОКОЛАД» ИЗ МОРКОВИ

Полтора-два кг очищенной и хорошо вымытой моркови натрите на тёрке. Отожмите сок, перелейте его в эмалированную кастрюлю. На самом малом огне упаривайте сок, всё время помешивая, чтобы не подгорел, до тех пор, пока не получится полугустая масса коричневого цвета. Если патока подгорит, появится горечь, от которой потом никак не избавиться. Конец варки можно узнать так: опустите в патоку чистую сухую чайную ложку и медленно выньте её. Патока готова, если за ложкой потянется нить загустевшего сахара.

Возьмите 20 г сливочного масла или маргарина, 1—2 ч. ложки какао-порошка, ванильный сахар на кончике ножа или 0,5 ч. ложки размолотых сухих апельсиновых корок, 100 г ядрышек любых орехов. Орехи слегка обжарьте, когда остынут, истолките в ступке.

В тёплую густую патоку внесите масло, какао, орехи и в самый последний момент ваниль. Хорошо размешайте массу ложкой и перенесите на чистую тарелку, поверхность которой смочите холодной водой, чтобы застывшая масса легко отделялась.

Можно приготовить «шоколад» из арбузов, яблок, груш.

ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ

2 десятка яблок очистить, выбрать семечки, взять толчёных сухарей из чёрного хлеба и насыпать нетолстый слой их в глубокую посуду, смазанную маслом. Сверху положить нарезанные яблоки, опять сухари, опять яблоки. В середину можно положить несколько кусочков сливочного масла. Запечь.

МАРМЕЛАД ИЗ ВИШНИ

Над тазом, в котором будет вариться мармелад, удалить косточки из вишни. Вишню варить на сильном огне без воды и без сахара до загустения. В конце варки в уже густую смесь добавить сахар, варить до ещё большего загустения. На 2,5 кг вишни 1 кг сахара. Готовый мармелад разлить по банкам, когда образуется корочка, закрыть крышками.

РУЛЕТ С ТЫКВОЙ

Для теста: 1 кг муки, 1 яйцо, 1,5 ч. ложки соли, 1 стакан воды, 100 г масла или маргарина.

Для фарша: 1 кг очищенной тыквы, 5 ст. ложек сахара, 1 стакан молотых орехов (можно заменить очищенными поджаренными тыквенными или подсолнечными семечками).

Приготовить крутое тесто, дать расстояться 20 мин. Разделить на 2 части, каждую тонко раскатать.

Фарш: спелую тыкву очистить от кожуры и семян, натереть на тёрке, добавить сахар, орехи, перемешать.

Пласт смазать растопленным маслом и разложить сверху фарш, на него положить второй пласт и так же сверху слой фарша. Завернуть в виде рулета, положить на смазанный противень, запекать в духовке 45 мин. Верх рулета можно смазать яйцом, взбитым с сахаром. Подавать холодным.

ТОРТ ВОСКРЕСНЫЙ

Около 1 кг тыквы мелко нарезать, потушить до мягкости, протереть и разделить пюре на 2 части. Из 1/2 стакана пшена сварить густую кашу, добавить 1 часть тыквы, 1/2 стакана изюма, сырой яичный желток, 1 ст. ложку масла и выпечь корж. Во вторую часть пюре положить сырой яичный желток, 1 ст. ложку молотых орехов или их заменителя, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложку какао, сахар по вкусу — и выпечь второй корж. Горячие коржи смазать взбитым с сахаром яичным белком, на пшённый корж уложить корж из сухарей, ещё на несколько минут поставить в духовку. Сверху можно посыпать орехами.

ТОРТ «ТАТЬЯНА»

1/2 стакана ряженки (варенца), 1 яйцо, 1/3 стакана сахара, 2/3 стакана муки перемешать, прибавить на кончике ножа соды, ванилин. Сковороду смазать растительным маслом, посыпать мукой. Испечь 3 таких коржа при температуре 230—240°, 20—25 мин. При выпечке духовку не открывать. Готовность коржа определять спичкой. Если корж готов — воткнутая в него спичка останется сухой. Коржи остудить, 2 нижних смазать любым вареньем или желе из ягод. Сверху смазать кремом: 5 порций сливочного мороженого без стаканчиков варить 20—25 минут, остудить. Можно посыпать толчёными орехами или поджаренными ядрышками тыквенных семечек.

ПРАБАБУШКИН ПИРОГ

200 г ржаного хлеба, 1 средняя варёная свёкла, 1 луковица, 1 яйцо.

Свёклу натереть на тёрке, луковицу мелко порезать и обжа-

рить. Хлеб покрошить в миску и залить небольшим количеством воды. Сковороду смазать жиром, обсыпать сухарями. Хлеб отжать и половину массы выложить в сковороду, смешать лук со свёклой и положить на хлеб, сверху покрыть второй половиной подготовленного хлеба. Взбить яйцо с небольшим количеством воды, залить подготовленный пирог и запечь. Вместо свёклы можно взять морковь, тыкву, чернослив или любое варенье.

ТОРТ МОРКОВНЫЙ

Смешать 1 стакан мелко натёртой моркови, 1 стакан муки, 1 стакан сахара, добавить 1 яйцо, 1 ст. ложку сливочного масла или маргарина, 0,5 ч. ложки чайной соды. Получится жидкое тесто. Довольно глубокую сковороду смазать растительным маслом и выложить в неё тесто, разровнять ложкой или ножом. Поставить в духовку на средний огонь на 20 минут. Разрезать готовый корж на два. Нижний смазать любым кисленьким вареньем, положить верхний корж, тоже смазать вареньем и посыпать натёртым печеньем, сухариком или чёрствой булкой.

ПОСТНЫЕ КОРЖИКИ

600 г муки, 0,5 стакана воды или пива, 0,5 стакана растительного масла, 3/4 стакана сахара, 0,5 ч. ложки соды.

Замесить тесто, раскатать в полпальца толщиной, вырезать выемкой для печенья коржики или просто нарезать ромбами. Наколоть каждый коржик вилкой, выпечь в средненагретой духовке

МЯГКИЕ ГРЕНКИ

На стакан молока взять 1 яйцо, 1—2 ч. ложки сахара, смесь хорошо взбить. Кусочки булки или хлеба окунать в эту массу и жарить в сильно разогретом растительном масле или маргарине.

КОНФЕТЫ

1. 80 г сушёных яблок с кожурой, 150 г овсяных хлопьев, 25 г масла, 200 г сахара.

Масло растопить на сковороде, всыпать 20 г сахара, овсяные хлопья и жарить до тех пор, пока хлопья не приобретут красивый золотистый оттенок. Яблоки разрезать на мелкие дольки и перемешать с остывшими хлопьями. Оставшийся сахар обжарить на сухой сковороде, положить яблоки с хлопьями, перемешать и жарить ещё 2—3 мин. Затем массу вылить в смазанное маслом блюдо. Как только она остынет и затвердеет, наломать на кусочки. Хранить в сухом месте в плотно закрытой посуде.

2. 1 кг яблок, 0,5 кг сахара, по 100 г грецких орехов и миндаля (можно заменить на 200 г поджаренных ядер тыквенных или под-

солнечных семечек), 150 г воды.

Яблоки протереть на мелкой тёрке, уварить с сахаром до густого пюре. Добавить измельчённые ядра орехов. Снова поварить, пока масса не станет совсем густой. Тогда разложите её толстым слоем, нарежьте прямоугольные конфеты, посыпьте сахарной пудрой, дайте немного подсохнуть и сложите в плотно закрывающуюся посуду.

3. Пюре из боярышника — 1 кг, сахара — 400 г, крахмала — 50 г, орехов — 100 г, сахарной пудры — 50 г.

В горячее пюре из отваренных и протёртых через дуршлаг ягод боярышника добавьте сахар, крахмал и орехи, тщательно перемешивая, доведите до кипения. Затем разложите слоем 1—2 см на лотке, смазанном растительным маслом, обсыпьте сахарной пудрой и оставьте на воздухе для просушивания. Готовые конфеты храните в стеклянных банках с крышками.

4. Помадка. 0,5 кг сахара распустить в 1 л молока, кипятить, пока масса не станет густоты варенья. Сделать пробу: слегка остудить на тарелке ложку массы и взять её пальцами, соединить их. Если пальцы разъединяются с усилием, образуя прочную и довольно толстую нитку, способную застыть, масса готова. Добавить масло (25 г), 2,5 ч. ложки 3% уксуса, и варить, пока проба, опущенная в холодную воду не будет застывать до консистенции хлебного мякиша, из которого можно вылепить мягкий податливый шарик. Тогда снять с огня, добавить ваниллин или размолотые в порошок сухие апельсиновые корки, подкрасить ложкой какао или пережжённым на сухой сковороде сахаром. Помадку выложить на доску, сбрызнутую холодной водой или смазанную растительным маслом, месить, пока она тёплая, охладить, а затем выбивать лопаткой в более плотную массу, раскатывать скалкой, стараясь сделать её эластичной и гладкой, как тесто. После этого раскатать тоненькие «колбаски», нарезать их кусочками в 1—1,5 см, слегка сплющить их и уложить в бумагу или фольгу, оставив полуоткрытыми. Через 2—3 часа помадка окончательно подсохнет, укрепится, и её можно подавать к столу.

ДОМАШНИЕ КОНСЕРВЫ ПО-НОВОМУ

ЗАГОТОВКИ ДЛЯ ЩЕЙ И СУПОВ

Способ заготовки — горячий розлив. Зелень тщательно моем, мелко нарезаем и укладываем в эмалированную посуду, солим по вкусу, добавляем воду, чтобы не пригорело, кипятим 3—5 мин., быстро разливаем в стерильные банки и закатываем. При приготовлении щей, супов добавляем воду или бульон до 2 литров.

1. Щи весенние. 500 г щавеля, 30 г ботвы моркови, 50 г зелени петрушки, 25 г соли, 200 г воды.

2. Суп луковый. 200 г зелени шнитт-лука или любого многолетнего лука, 300 г щавеля, 20 г морковной ботвы, 25 г соли, 200 г воды.

3. Суп чесночный. 100 г зелени чеснока, 500 г щавеля, 50 г зелени петрушки, 25 г соли, 200 г воды.

4. Суп из листьев свёклы. 300 г листьев свёклы, 200 г щавеля, 50 г зелени укропа, 25 г соли, 200 г воды.

5. Суп из ревеня. 300 г черешков ревеня, нарезанных кубиками, 50 г зелени чеснока, 50 г зелени петрушки, 25 г соли, 200 г воды.

СОЛЕНАЯ ЗЕЛЕНЬ

1. Зелень репы, редьки, редиса нарезать, смешать с солью (70 г на кг зелени), плотно уложить в банки, закрыть обычной крышкой, хранить на холоде.

2. 600 г петрушки, 600 г укропа, 300 г зелени сельдерея, по 200 г корней петрушки и пастернака, 1 кг болгарского перца, 1 кг репчатого лука, 1 кг моркови, 2 кг помидоров, по желанию — стручок красного горького перца мелко нарезать, смешать с солью (80—100 г на 1 кг смеси), плотно разложить в банки, закрыть обычной крышкой, хранить на холоде

ЗАГОТОВКА ДЛЯ БОРЩА

3 кг свежей капусты, 10 –15 шт. сладкого перца, 3 л томатного сока, петрушка, укроп по вкусу. Томатный сок довести до кипения в эмалированной посуде, добавить 6 -10 горошин душистого перца, 4—6 лавровых листиков. Капусту, сладкий перец мелко нарезать, высыпать в кипящий томатный сок. Довести до кипения, заложить нарезанную зелень, кипятить ещё 3 –5 мин. Разложить в стерильные банки, закатать. Можно есть и как закуску.

ТОМАТ

Пропустите помидоры через мясорубку, вскипятите, добавив на 1 кг томата 1 с верхом ст. ложку соли. Разлейте по стерилизованным банкам, закатайте.

ЛЕЧО

1. 3 кг помидоров, 6 штук болгарского перца порежьте соломкой, добавьте 6—7 зубчиков толчёного чеснока, 1 стакан сахара, 1 ст. ложку соли. Варите 40 мин., сложите в стерилизованную банку и закатайте.

2. 1,3 кг сладкого перца, 1 кг помидоров, 250 г лука, 15—20 г соли, щепотка молотого чёрного перца, 2—3 ложки воды.

Зрелый мясистый перец вымыть, обрезать, удалить семена, нарезать полосками или кусочками. Помидоры нарезать некрупными

ломтиками. Лук мелко нашинковать. Овощи смешать, добавить чёрный перец и соль по вкусу, 2—3 ст. ложки воды и тушить в эмалированной кастрюле под крышкой 10 мин. Плотно набить чисто вымытые банки овощной смесью, стерилизовать в кипящей воде поллитровые банки 30—35 мин., литровые 40—45 мин.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

4 кг свёклы, 2 кг сладкого перца, 2 кг лука, 2 кг помидоров, 50 г горького перца.

Лук и сладкий перец нарезать соломкой, обжарить на растительном масле до полуготовности. Вынимать шумовкой, без масла. Помидоры пропустить через мясорубку, свёклу натереть на тёрке, тушить их 1 час. Добавить лук и сладкий перец, горький перец, пропущенные через мясорубку, соль по вкусу. Тушить ещё 5—10 мин. Горячую массу разложить в стерилизованные банки и закатать.

ОВОЩИ НА ЗИМУ

Кабачки, патиссоны или тыква —1 кг, помидоры —0,5 кг, корень петрушки с зеленью —200 г, лук репчатый —200 г, соль по вкусу.

Овощи вымыть, почистить и нарезать мелкими кусочками. Всё уложить в эмалированную кастрюлю, добавить 200 г воды и кипятить 40 мин. Разложить в стерилизованные банки и закатать. Вместо кабачков можно положить на выбор: морковь —0,5 кг, корни сельдерея —0,5 кг, корни пастернака —0,5 кг, лук-порей —0,3 кг.

ЩАВЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ

Свежие листья перебрать, вымыть и на 1—2 мин. опустить в кипяток. Плотно уложить их в горячие банки, залить водой, в которой они бланшировались, и стерилизовать литровую банку 1 час.

ЗАГОТОВКА ДЛЯ ЗЕЛЕНЫХ БОРЩЕЙ

500 г щавеля, 500 г зелёного лука, 250 г укропа, 50 г соли.

Зелень перебрать, вымыть и мелко нарезать. Всё смешать и тщательно перетереть с солью, чтобы выделился сок. Плотно уложить в банки, стерилизовать поллитровые банки 20 мин., литровые —25.

ОГУРЦЫ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ С СОКОМ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ

Огурцы хорошо помыть, обрезать кончики. На дно банки положить по 2—3 горошины перца и гвоздики, 1—2 зубчика чесно-

ка, веточку укропа, мяты. Уложить огурцы. Залить заливкой: 1 л воды, 0,25 л сока смородины, 50 г соли, 20 г сахара. Литровую банку стерилизовать 8 минут.

ОГУРЦЫ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ В ЯБЛОЧНОМ СОКЕ

Подготовить огурцы, как было сказано выше. Состав специй можно варьировать в зависимости от вашего вкуса и наличия специй. Годятся, кроме перца, чеснока, укропа, также и сельдерей, петрушка, листья вишни, дуба, хрена. Уложенные огурцы залить кипящим яблочным соком, на 1 л которого добавлена 1 ст. ложка с верхом соли. Стерилизовать 8 минут.

Точно так же можно сделать огурцы в томатном соке, но надо положить, кроме соли, и ложку сахара.

МАРИНАД ИЗ ЧЕСНОКА

Молодые стрелки чеснока уложить кружочками в банку, залить на 3 мин. кипятком, слить, залить кипящим маринадом: на 1 л воды 40 г соли, 30 г сахара и 100 г 9% уксуса (уксус не кипятить, его влить, когда раствор снят с огня). Сразу закатать.

ОСТРАЯ ПРИПРАВА

300 г чеснока и 700 г крыжовника прокрутить через мясорубку, добавить по 100 г мелко нарезанного укропа и киндзы. Хранить под простой крышкой на холоде.



ОСЕННИЙ САЛАТ

5 кг зелёных помидоров, 1 кг лука, 1 кг сладкого перца, 1 кг моркови, 250 г растительного масла, 250 г 9% уксуса, 100 г сахара. Овощи нашинковать, залить горячей смесью растительного масла с уксусом, посолить по вкусу, перемешать, дать постоять 2—3 часа. Затем варить на слабом огне 30 мин., разложить в стерилизованные банки, закатать.

ЯБЛОКИ С СОЛОДСКИМ КОРНЕМ

Разрезанные на 4 дольки яблоки залить на 5 мин. подсоленной водой (1 ч. ложка на 1 л воды), чтобы не темнели, затем промыть чистой водой. Бланшировать 3 мин. Вместе с яблоками можно положить 3 листика лимонника, веточку мелиссы, залить кипящим раствором: 1 л яблочного сока, 5 г сухого корня солодки. При передозировке солодского корня может появиться неприятный запах. С солодкой можно консервировать овощи, особенно хороши солёные помидоры. 5 г сухого солодского корня заменяют 50 г сахара.

СМОРОДИНА В СОБСТВЕННОМ СОКУ

Красную или чёрную смородину промыть, обсушить, разложить в чистые банки до плечиков, пересыпая сахаром. На литровую банку расходовать 4—5 ч. ложек сахара. Накрыть прокипячённой крышкой, стерилизовать 15 минут, закатать.

Так же можно сделать крыжовник.

ЗЕМЛЯНИКА НАТУРАЛЬНАЯ

3 кг земляники, 3 г аскорбиновой кислоты, 200 г земляничного сока с мякотью.

Все компоненты смешать в эмалированной кастрюле, поставить на огонь, довести до кипения, кипятить 5 мин., разлить в стерилизованные банки и закатать.

ЗЕМЛЯНИКА В СОКЕ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ БЕЗ САХАРА

3 кг земляники, 1 л сока красной смородины, 1 г аскорбиновой или лимонной кислоты.

Чистую землянику залить соком, добавить кислоту, довести до кипения, кипятить 5 мин. Разлить в стерилизованные банки, закатать.

КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ БЕЗ ВОДЫ

4 кг вымытых ягод клубники засыпать в тазу 1 кг сахара. Дать постоять 8—10 часов. Ягоды разложить по банкам, залить выделившимся соком. Стерилизовать литровую банку 10 мин.

ВИШНЯ В СОБСТВЕННОМ СОКУ

Вишню без косточек плотно набить в чистые банки. Накрыть чистыми крышками и стерилизовать литровые банки — 20 мин., трёхлитровые — 30 мин.

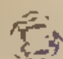
И ПОВИДЛО, И СОК

1 кг вишни без косточек, 150 г сахара.

Вишню без косточек положить в кастрюлю, влить немного воды, чтобы не подгорела, и поставить сверху гнёт, чтобы лучше выделялся сок. Держать на слабом огне, не доводя до кипения. Когда ягоды станут мягкими, сок отжать, тут же разлив его в бутылки и укупорив. Оставшиеся ягоды варить ещё 5—8 мин., добавить сахар и, помешивая, подержать на слабом огне 30 мин. Расфасовать горячим в тёплые банки, остудить. Только после этого завязать банки пергаментной бумагой. Повидло можно посыпать сахарной пудрой.

КОМПОТ ИЗ СЛИВ БЕЗ ВОДЫ

Из слив удалить косточки, засыпать их сахаром (на 3 кг слив 0,5 кг сахара) и поставить кастрюлю в духовку, дав сильный огонь. Через 10 мин. духовку выключить, но ещё час не открывать. Сливы за это время дадут сок. Теперь их можно разложить в банки, залить образовавшимся соком и стерилизовать литровую банку 20 минут.



ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ И СЛИВЫ

Рецепт хорош для более кислых сортов сливы. Равное количество тыквы и сливы потушить в небольшом количестве воды, протереть сквозь сито, вскипятить, разлить в стерилизованные банки и закатать. Такая заготовка незаменима, если в доме есть больной, страдающий запорами и заболеваниями почек.

СЛИВА В СОБСТВЕННОМ СОКУ БЕЗ САХАРА

Сладкую перезрелую сливу разломать на половинки, удалив косточки. Плоды плотно набить в банки, без воздушных пустот. Стерилизовать литровые банки 25 мин., закатать.

ПОВИДЛО СЛИВОВОЕ БЕЗ САХАРА

Зрелую сливу вымыть, разделить на половинки, удалить косточки. Положить в кастрюлю с толстыми стенками и нагревать на небольшом огне под крышкой, периодически помешивая деревянной лопаточкой. Когда слива даст сок, крышку снять и продолжать нагревать ещё час. После этого отставить на 8—10 часов, снова подогреть на слабом огне до кипения и вновь отставить на несколько часов. Так сделать ещё 2—3 раза. Загустевшую массу протереть сквозь сито. Повидло готово, когда из 3,5 кг первоначальной массы получится 1 кг. Укупорить через 1—2 дня, когда на поверхности повидла образуется корочка.

МАРМЕЛАД СЛИВОВЫЙ

Сливы подготовить, как говорилось выше, размять в тазике для варенья деревянным пестиком, поставить на слабый огонь и варить до полного размягчения. Протереть сквозь сито. На 1 кг сливы добавить 400 г сахара и варить до готовности. Выложить на блюдо или противень, покрытые пергаментом, дать подсохнуть, разрезать на кусочки. Хранить в плотно закрытой посуде.

МАРМЕЛАД-АССОРТИ

500 г чёрной смородины, 500 г крыжовника, 500 г яблок, 500 г тыквы, 400 г сахара.

Яблоки нарезать дольками, не очищая кожицы, тыкву порезать кубиками, сложить всё в кастрюлю, налить немного воды и распарить яблоки с тыквой до полного размягчения. Массу протереть через сито. Чёрную смородину и крыжовник размять деревянным пестиком, засыпать сахаром, перемешать и подогреть до полного растворения сахара. Также протереть через сито. Обе массы перемешать и варить до готовности. Разложить в сухие горячие банки, завязать пергаментной бумагой, когда мармелад покроется плёнкой.

ЗАГОТОВКА ДЛЯ ПИРОГОВ

Очищенные яблоки мелко нарезать, пересыпать сахарным песком (200—300 г на 1 кг яблок), подлить немного воды и поставить на огонь. Выдержать 5 мин. при бурном кипении, разложить в горячие стерилизованные банки и закатать. Перевернуть вверх дном, укрыть толстым одеялом до полного остывания.

ПЮРЕ ЯБЛОЧНО-ТЫКВЕННОЕ

1 кг яблок, 1 кг тыквы, 1 ч. ложка лимонной или апельсиновой цедры или 0,5 ч. ложки сухих размолотых апельсиновых корок.

Нарезанные тыкву и яблоки варить на пару до мягкости. Протереть через дуршлаг, добавить цедру и сахар по вкусу, пюре прогреть при помешивании и в горячем виде разложить по банкам. Стерилизовать поллитровые банки 10—12 мин.

ПАСТИЛА ИЗ ЯБЛОК

1 кг яблок, 800 г сахара.

Яблоки испечь в духовке и протереть через сито или дуршлаг Пюре подогреть и добавить при помешивании сахар. Варить до консистенции густой сметаны. Горячую массу разложить в мелкие деревянные лотки, выстланные пергаментом, поставить лотки в духовку, нагретую до 60—70° на 10—12 часов. На следующий день дополнить лотки новой порцией пюре и снова подсушить. Готовую пастилу нарезать ножом на кусочки, хранить в сухом месте.

ЯБЛОЧНЫЙ УКСУС

Яблоки натереть на крупной тёрке. Добавить на 800 г яблочной кашицы 1 л тёплой кипячёной воды. На каждый литр воды положить 100 г мёда или сахара, а для ускорения брожения — 10 г дрожжей или 20 г сухого ржаного хлеба. Положить всё в стеклянную банку и держать её 10 дней открытой при температуре 20—30°, перемешивая деревянной ложкой 2—3 раза в день. Потом массу поместить в марлевый мешок, отжать сок, хорошо процедить его. Можно добавить на каждый литр сока ещё 50—100 г

сахара или мёда. Банку завязать марлей и опять поставить в тёплое место, на 40—60 дней. Готовый уксус профильтровать, разлить в бутылки, плотно закрыть. Хранить в холодильнике.

ГРУША В СОБСТВЕННОМ СОКУ

Зрелые груши очистить от кожицы, нарезать дольками и плотно уложить в банки, пересыпая сахаром (на литровую банку — 2 ст. ложки) и добавив на 1 кг продукта 4 г лимонной кислоты. Стерилизовать в кипящей воде поллитровые банки 15 мин., литровые — 20—25 мин.

АБРИКОСЫ НАТУРАЛЬНЫЕ

Разрезанные на половинки абрикосы плотно уложить в банки, чтобы не оставалось пустот. Если плоды недозрелые, дают мало сока, добавить горячей воды. Стерилизовать в кипящей воде поллитровые банки 15 мин., литровые — 20 мин.

ПАСТИЛА АБРИКОСОВАЯ

1 кг абрикосового пюре, 150 г сахара.

Из перезревших абрикосов приготовить пюре и варить его, чтобы хорошо загустело. Добавить сахар и ещё поварить, постоянно помешивая. Густую массу выложить на противень, покрытый промасленной пергаментной бумагой, подсушивать в духовке на очень маленьком огне. Высушенную пастилу можно слегка смазать растительным маслом, посыпать сахарной пудрой и свернуть в рулончик. Хранить плотно закрытой.

КОМПОТ ИЗ КАБАЧКОВ И АЛЫЧИ

Зрелые кабачки очистить от кожуры, ложкой вынуть сердцевину. Порезать на мелкие кубики. В банки вместе с кабачками положить алычу, лучше жёлтую, залить кипящим сиропом (200 г сахара на 1 л воды). Закрыть крышками, дать остыть, сироп слить, вскипятить его снова, залить в банки и закатать.

О ПОЛЬЗЕ... ОБМАНА

СЕЛЕДОЧНЫЙ ФОРШМАК ИЗ... СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

Разберите средних размеров кочан капусты на листья, срежьте утолщения. Опустите листья в кипящую солёную воду, варите до мягкости. В молоке или воде замочите 3—4 ломтика белой

булки. Листья остудите, хорошо отожмите, проверните через мясорубку вместе с булкой и 2 сваренными вкрутую яйцами. Массу вымешать, добавить подсолнечное масло, уксус, соль по вкусу. Осталось уложить форшмак в селёдочницу и полить соусом: крутой яичный желток растереть с подсолнечным маслом, добавить капельку уксуса. Сверху можно украсить форшмак колечками репчатого лука.

ФАЛЬШИВАЯ ИКРА

Вскипятите 1,5 стакана воды со щепоткой соли, помешивая, всыпьте 4 ст. ложки манной крупы, варите, пока не загустеет. Пропустите через мясорубку 2—3 кусочка селёдки или несколько килек. Манную кашу остудите, тщательно разотрите с селёдочной массой, прибавьте постепенно 100 г растительного масла, измельчённую морковь, по вкусу — уксуса или лимонного сока. В готовую массу можно добавить зелёный или мелко нарубленый репчатый лук. Такую икру подают и как закуску, и как пасту для бутербродов.

И ЕЩЕ ФАЛЬШИВАЯ ИКРА

Растереть головку чеснока с солью, прибавить 1 стакан дроблёных орехов или поджаренных ядер тыквенных семечек, размоченную чёрствую булку. Полить растительным маслом, если есть — соком лимона. Взбить.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ СЫР

Картофель варят в «мундире», охлаждают, очищают и толкут, пока он не превратится в однородное тесто. На 5 частей этого теста берут 1 часть кислого молока, тщательно смешивают и хранят смесь в плотно закрытом сосуде в течение 3—4 дней. Затем снова месят это тесто, делают из него небольшие колобки и сушат их в тени, после чего кладут их в большой глиняный горшок или бочку на 15 дней. Чем старше этот сыр, тем он лучше.

СЫР ТЫКВЕННО-ОБЛЕПИХОВЫЙ

На 1 кг тыквы — 200 г сахарного песка, 200 г облепихового сока.

Тыкву моем, очищаем от корки и семян, нарезаем кусочками, пересыпаем небольшим количеством сахара (примерно 50 г), оставляем на 2—3 часа и сливаем отделившийся сок. Затем в тыкву добавляем оставшийся сахар и заливаем облепиховым соком. Ставим на медленный огонь и варим до загустения массы. Срок варки зависит от сорта тыквы. Быстрее увариваются сорта с плотной, мучнистой мякотью. Готовую массу выкладываем в чис-

тую плотную ткань, придаём массе форму сыра и ставим под гнёт на 2—3 суток. Сыр вынимаем, смазываем растительным маслом и обваливаем в размолотых на кофемолке семенах укропа.

СЫР ЯБЛОЧНЫЙ

Яблоки моем, нарезаем кусками, укладываем в кастрюлю, наливаем стакан воды (количество яблок может быть любое). На медленном огне варим до загустения. Горячую массу протираем через сито, на каждый килограмм её добавляем 1 ст. ложку тмина, размешиваем, выкладываем в плотную ткань и ставим под гнёт на трое суток. Готовый сыр обваливаем в семенах тмина.

СЫР СЛИВОВЫЙ

Сливу моем, удаляем косточки. Пересыпаем плоды небольшим количеством сахара (100 г на 1 кг сливы). Как только из сливы выделится сок, ставим на медленный огонь и варим до консистенции густого повидла. Массу протираем через сито, добавляем семена кориандра, размешиваем и выкладываем в плотную ткань. Ставим под гнёт на трое суток. Готовый сыр смазываем растительным маслом и посыпаем семенами кориандра (можно размолоть их на кофемолке).

СЫР ИЗ МОРКОВИ

Мытую морковь чистим, натираем или режем на кусочки, добавляем немного воды, чтобы не подгорела, и ставим на медленный огонь. Когда морковь станет мягкой, добавляем лимон, натёртый на тёрке, и варим до полной готовности. Затем на каждый килограмм массы добавляем 1 ст. ложку любых пряностей: тмин, или кориандр, или укроп, или анис. Хорошо перемешиваем, формуем в виде кирпичика и ставим под гнёт. Через трое суток «кирпичик» вынимаем и обваливаем в молотых семенах или отрубях.

Тем, кто страдает запорами, можно использовать следующий рецепт: в любую готовую сырную массу на 0,5 кг её добавьте по 1 ст. ложке семян тмина, кориандра, физалиса и укропа. Массу хорошо размешайте, подсушите, нарежьте на кусочки.

ГУСТЫЕ СУПЫ, ИЛИ ОБЕД ИЗ ОДНОГО БЛЮДА

Если у вас есть совсем немного мяса, 100—150 г, советуем вам попробовать предложить семье обеды из одного блюда.

Сначала сварите бульон. Для него всё подойдёт: куриные лапки-шейки-крылышки, говяжьи голяшки, кусочки мясной обрези, хотя бы даже и ножки, если вы не собираетесь варить холодец.

Пену с бульона не снимайте — это тоже белок, которого и так не хватает.

А теперь — варианты.

ГУСТОЙ СУП ИЗ КАПУСТЫ

500 г капусты, 250 г моркови, 250 г лука-порея или репчатого лука, 250 г картофеля, сладкий перец и томаты — по желанию. Овощи нарезать. На дно плотно закрывающейся кастрюли или гусятницы положить кусочек маргарина, затем — слоями — овощи и то мясо, которое вы снимете с бульонных косточек. Залить всё готовым бульоном и поставить в духовку на 30—35 мин.

ГУСТОЙ СУП ИЗ СВЕКЛЫ И ДРУГИХ КОРНЕПЛОДОВ

500 г свёклы вымыть, очистить и нарезать кубиками. Залить 1 л бульона и варить с 1 луковицей до мягкости. Заправить жареной мукой, добавить по вкусу соль, уксус, сахар. 2 ст. ложки молока придадут блюду более мягкий вкус, мелко нарезанный солёный огурец или несколько каперсов (см. маринованные семена настурции и почки одуванчиков) — пикантность. Перед концом варки положить в суп кусочки снятого с костей мяса. По желанию в этот суп можно класть и картофель.

Если бульон у вас из свиных косточек или ножек, вкусный суп будет из брюквы, варить так же.

Аналогично готовится густой суп из равного количества моркови и корней петрушки или пастернака, а также из моркови и молодых лопаток фасоли.

ГУСТОЙ СУП ИЗ ГОРОХА

Этот суп лучше всего варить в скороварке. Горох залейте бульоном или водой и варите в скороварке 35—40 минут. Положите в суп нарезанные картофель, морковь, лук, кусочки мяса, если суп на мясном бульоне. Если варите на воде — поджарьте лук и морковь на растительном масле до золотистого цвета и эту заправку положите в суп.

Сытность этих блюд достигается и за счёт большего, чем обычно в супе, количества овощей, и за счёт того, что суп заправлен мукой (кроме горохового). Если нет муки, можно взять манной крупы или овсяной, предварительно отваренной и протёртой через сито. Обязательно посыпайте такие супы большим количеством зелени — укропа, петрушки, сельдерея, чабера и т. д. Зимой кладите приготовленные на зиму заправки. Сэкономить муку можно, если варить суп на отваре от макаронных изделий.

Часть II

Богатый — на деньги, мы — на выдумку

ИЗ СТАРОЙ КОЖИ

Любую вещь из натуральной кожи — обувь, сумочки, перчатки — можно многократно чинить. И всё же приходит день, когда кажется, что её можно только выбросить. Не спешите это делать! Кожа — незаменимый материал, который, в принципе, может «работать» не один десяток лет. Вышедшую из строя кожаную вещь очистите, аккуратно распорите и освежите касторовым или растительным маслом, вазелином, глицерином получившиеся лоскутки кожи. Пусть они лежат у вас в особом месте, время от времени проветривайте их и также смазывайте. А когда возникнет необходимость сделать что-то из кожи — вы тут же подберёте нужный по фактуре и цвету кусочек. Даже крохотные лоскутки от детских пинеток могут пойти в дело.

АППЛИКАЦИИ И ЗАПЛАТЫ ИЗ КОЖИ

Вырезать заплату в виде овала, ромба, сердечка и пришить на колени брюк, на локти курточки швом «зигзаг». Заплаты можно пришить вручную, крупными стежками, взяв нитки, контрастные по цвету. Такой декоративный элемент обновит и украсит вещь, которую вы уже хотели выбросить. На платье, куртку, детский плащик можно вырезать и пришить «кленовый лист», веточку из листьев, букет или связку воздушных шариков из разноцветных кусочков кожи.

ТОНКИЙ КОЖАНЫЙ ШНУРОК

Кружок старой перчаточной кожи разрезать по спирали, вымочить в сырой воде. Размягчённую кожу вытянуть в прямую длинную полоску.

Таким шнурком, как декоративной нитью, можно сшить бумажник, портмоне, даже небольшую сумочку из голенищ старых сапог.

УКРАШЕНИЯ ИЗ КОЖИ

Серёжки-кисточки. Вырезать прямоугольники, нарезать на полоски, но не до конца, шириной 3—5 мм и свернуть в трубочку. Верхнюю часть закрепить атласной нитью, для прочности смазать клеем «Момент». Продеть крючок или дужку от ненужных серёжек — и украшение готово. Для комплекта можно сделать кулон, чуть большего размера.

ПУГОВИЦЫ, ОБТЯНУТЫЕ КОЖЕЙ

Вырезать кусочек кожи чуть больше пуговицы. Изнаночной стороной положить кусочек кожи на тёплую сковороду, стоящую на плите. Когда кожа начнёт сжиматься, снять её со сковороды и надеть сверху на пуговицу. Стянуть крепкой ниткой со стороны ножки.

ЧТО ЕЩЁ?

Маленькие кусочки кожи, подложенные с изнанки пальто или костюма там, где пришивается пуговица, не дадут ткани вытягиваться и рваться.

Из мягкой перчаточной кожи можно сшить малышу пинетки.

Из небольших кусочков кожи можно сделать модный пояс — сшить и отделать тонким кожаным же шнуром.

Кожаный или замшевый чехол для фляжки сделает её почти термосом. А если к чехлу пришить длинную ручку, фляжку на прогулке удобно будет носить на боку, как сумку.

ИЗ СТАРОГО МЕХА

Так же, как и кожу, никогда нельзя выбрасывать меховые вещи, даже если они очень сильно потёрты. Сначала мех тоже надо привести в порядок. Засаленные места посыплем тальком и почистим мягкими движениями. Тальк смоем водой в направлении роста волос (не замочив кожного слоя!). Если мех всё ещё грязен, можно почистить его опилками, смоченными бензином. Белый мех хорошо чистится крахмалом и манной крупой. Чтобы старый мех заблестел, смочим его глицерином или уксусом и, не давая высохнуть, протрём тряпочкой, смоченной в спирте, а затем расчешем. Если кожный слой меха сухой, засаленный, его тоже надо восстановить. В 1 л воды добавить 50 г соли и 1 ст. ложку уксусной эссенции. Этим составом смочим мездру и разомнём её, растянем осторожно в разных направлениях. Повторим эту процедуру несколько раз с промежутками в 2—3 часа.

Даже очень старый мех, побитый молью или неудачно выделанный, мездра которого крошится, ещё можно спасти. Острой бритвой надрежем шкурку со стороны мездры так, чтобы дефект-

ные места ушли в швы. Если дырка не убирается в шов, а вокруг неё годные участки, которые ни в коем случае нельзя портить, попробуем сделать иначе. По размеру дырки сделаем вставку в форме треугольника или ромба, отрезав её от края меховой пластины. Кусочек должен иметь то же направление ворса, густоту и окраску. Сшивайте прочными нитками, иголку смажьте мылом. Если мездра крошится, резиновым клеем наклейте её на бязь. Это делается так: ровным слоем клея намазать обе проклеиваемые поверхности, дать чуть подсохнуть и соединить полотнища (бязь сверху). Хоть немного, но и такой мех ещё послужит.

Что можно сделать из старого меха? Куртку, жилет, шапку, рукавицы, сумку, тапочки, использовать для отделки детского пальто.

Выкройки рукавичек даны на рис. 1. Для утепления сшейте подкладку из фланели или старого трикотажа. (Это, кстати, один из способов починки подносившихся тёплых кожаных или замшевых перчаток — заменить полностью подкладку, выкроив её из старого трикотажа.) У занятия рукавичка из меха присбаривается и пришивается связанная манжетка. Можно использовать резинку от пришедшего в негодность шерстяного носка. Рукавички можно украсить аппликацией.

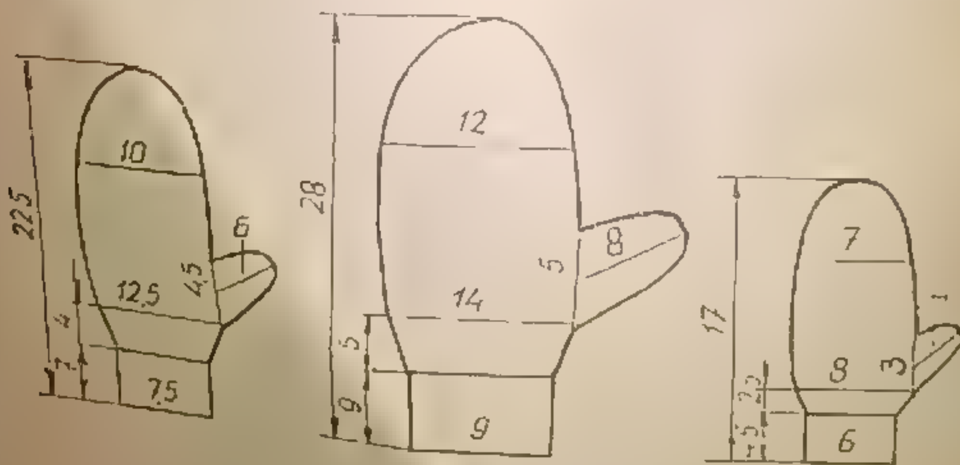


Рис. 1

ЖИЛЕТ ИЗ СТАРОЙ ДЕТСКОЙ ШУБКИ

Отпорите подкладку, выверните шубку наизнанку, вырежьте пройму пошире, закруглите края. Если плечо узкое, расширьте его полоской, выкроенной из рукава. Верх можно сшить из набивного вельвета, набивного шёлка, любого яркого пестрого полотна. Наколите его на мех булавками, отверните края меха наружу и пришейте опушку вручную прочной нитью.

МЕХОВАЯ ШАПОЧКА (рис. 2)

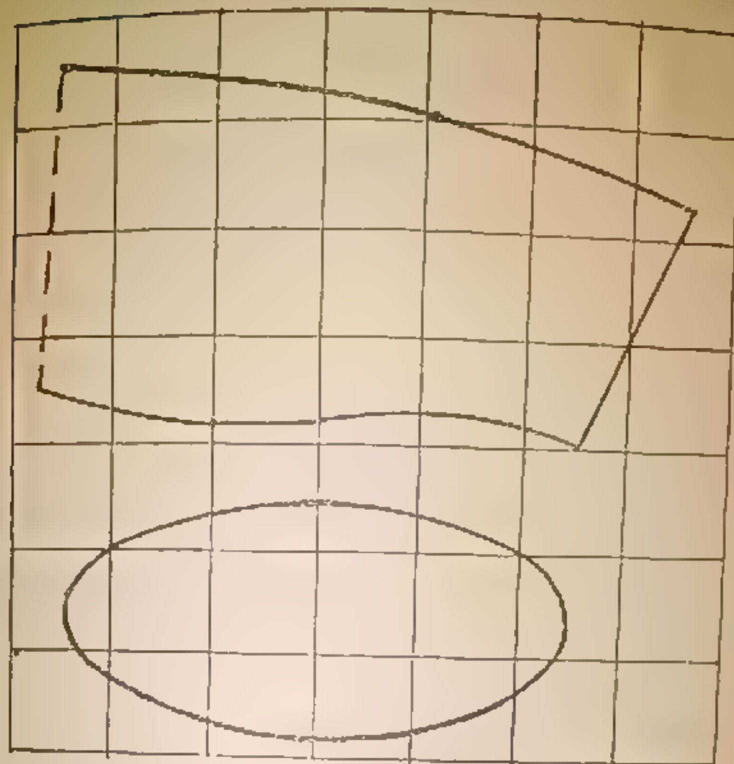


Рис. 2

Шапочку, напоминающую папаху, можно сшить из куска меха 70×30 см. 1 клетка на рис. равна 5×5 см. Нанесём рисунок на мех со стороны мездры. Вырежем бритвой, чтобы не испортить ворс. Сшиваем прочной ниткой вручную. На край пришьём репсовый кант для шляп. Шапку носят, надвигая на лоб.

ШАПКА НА РЕБЕНКА 5—7 ЛЕТ (рис. 3)

Её можно сшить из старых тёплых вещей: плащевой ткани (кроить по пунктирным линиям) на меховой подкладке (кроить по основным линиям) или из драпа (детали из основной и подкладочной ткани кроить по основному лекалу). Стачать шов боковой детали и разутюжить. По верхней линии пришить донышко. Так же стачать детали подкладки. Оставьте незастроченным участок 10—15 см в шве боковой части и донышка, чтобы через него вывернуть шапочку. Детали козырька сложить лицевыми сторонами внутрь, стачать (обе детали из основной ткани). Вывернуть козырёк налицо, проложить отделочную строчку. Козырёк приколоть к лицевой стороне шапочки булавками. Подкладку наложить лицевой стороной на лицевую сторону шапочки и стачать по всему краю. Через отверстие в подкладке вывернуть шапочку налицо. Отверстие зашить вручную. По краю шапочки проложить отделочную строчку. Пришить петельку и пуговицу.

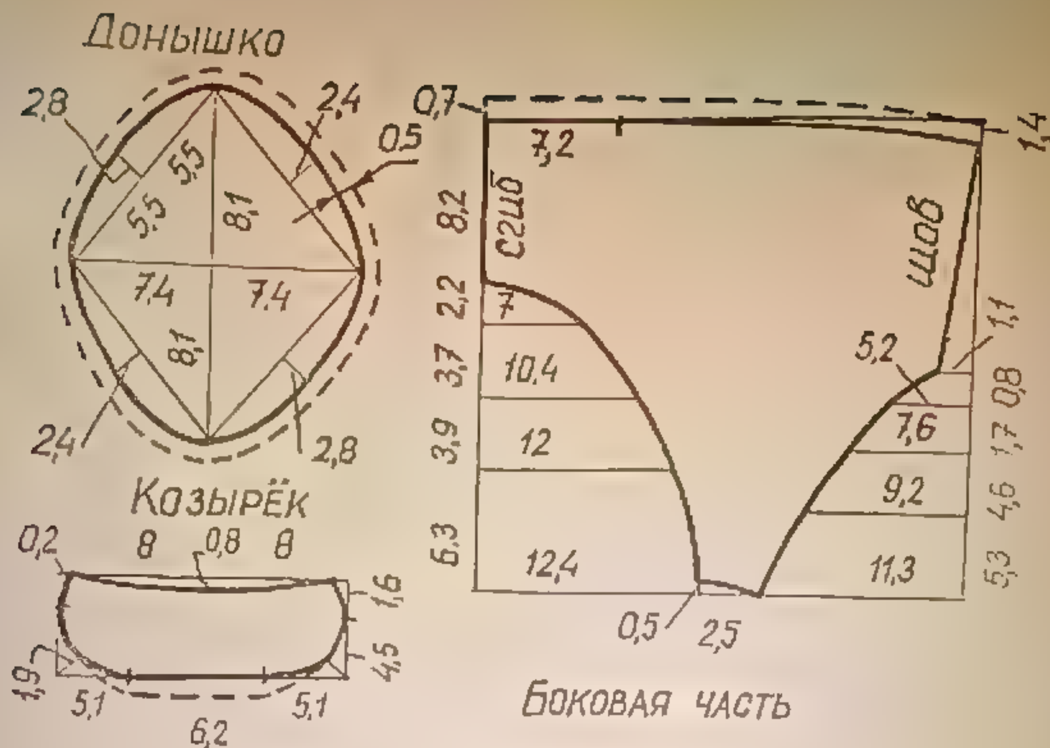


Рис. 3

КОМНАТНЫЕ ТАПОЧКИ

Для верхней части можно взять драп, вельвет, мягкую кожу. Если материалы тонкие, сложить их в несколько слоев и прострочить — будет прочно и красиво. Подошву можно сделать из кожи от старых сапог или сумки, можно из драпа (сложить в 2 слоя и прострочить). Можно вложить внутрь стельку из войлока, меха, драпа.

Выкройка (рис. 4) дана на размер 36—37 без припуска на швы. Припускать 0,5 см. Размеры на выкройке — в миллиметрах. Если нужен больший размер, увеличивайте выкройку по всему контуру, если нога узкая — только в длину.

Порядок работы:

Вырезать детали из материала, обработать деталь верха. Вырезать по внутренней части прорезь для ноги. Внутренний край можно подшить, либо обработать тесьмой, кантиком, мехом, мягкой кожей, пушистой бахромой. Далее берём деталь низа. Вырезаем подошву по внутреннему контуру детали низа и приклеиваем к детали низа клеем типа «Момент». Соединяем детали верха и низа. Стягиваем ниткой деталь верха по внешнему краю, то же делаем с деталью низа. В обеих деталях должны совпасть точки от 1 (в кружочке) до 10 (в кружочке). Выглядеть детали будут по-разному: больше сборочек будет на задинке верхней части и на

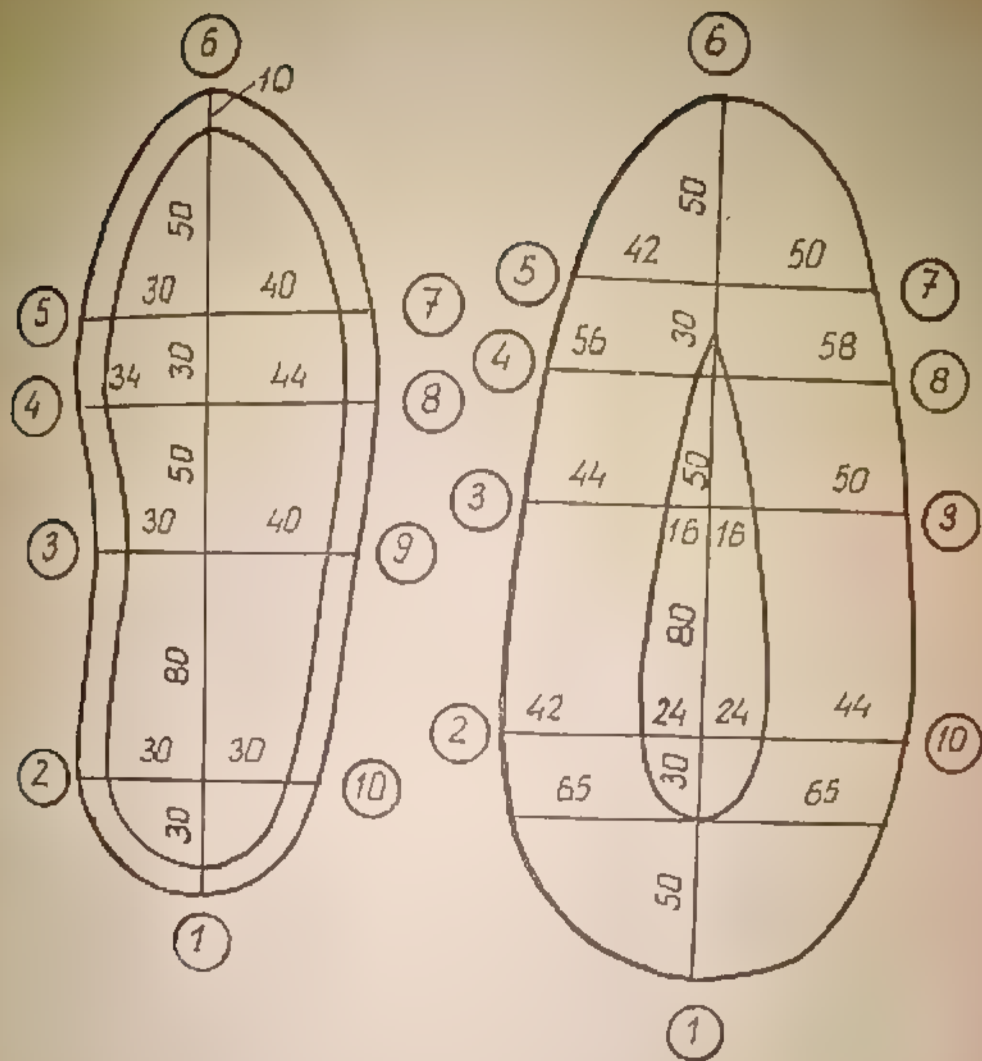


Рис. 4

носовой части низа. Сшиваем нижнюю и верхнюю детали прямо с лица. Можно сделать декоративный шов кожей (см. тонкий кожаный шнурок), или толстой цветной нитью, или обработать тесьмой.

ИЗ СТАРОЙ ОДЕЖДЫ — НОВАЯ

Хлопок, платьевая шерсть, драп не так долговечны, как кожа, мех. Но и они могут послужить семье второй срок, если приложить к ним руки.

ЮБКА ИЗ СТАРЫХ ДЖИНСОВ И ЛОСКУТКОВ (рис. 5)

По выкройке основы юбки скроить кокетку, до линии бёдер. К линии бёдер пришить ситцевое полотно, присборенное или зало-

женное лёгкими складками. Можно сделать 2—3 полотна, расположенных ярусами. Пояс из джинсов.

Рис. 5

ЮБКА ИЗ СТАРЫХ БРЮК

Брюки из шерстяной ткани вытираются всё-таки меньше, чем джинсы, и юбка может получиться даже из одних брюк. Брюки надо распороть, удалить нитки, постирать и отутюжить. Сделать выкройку клина (рис. 6). Если передняя часть брюк уже, чем надо по выкройке, передний клин юбки можно сделать поуже, а задний — пошире. Если брюки на коленях протёрлись, это место надо вырезать, ткань сострочить и с лицевой стороны проложить отделочную строчку.

Рис. 6

ИЗ СТАРЫХ ПАПИНЫХ РУБАШЕК

Из рубашек можно сшить рубашку сыну, нарядную кофточку себе или дочке, платье, сарафанчик, наволочку. Кружева, прошивки, рюши, ленточки, тесьма сделают их более нарядными.

Как, например, сделать детское платьице? (См. рис. 7.) Из спинки рубашки выкраивается перёд и кокетка переда платья, из кокетки — воротник. Из двух деталей переда — спинка со швом посредине, кокетка спинки (не забудьте сделать припуски на застёжку). Рукавчики выкраиваются из рукавов.

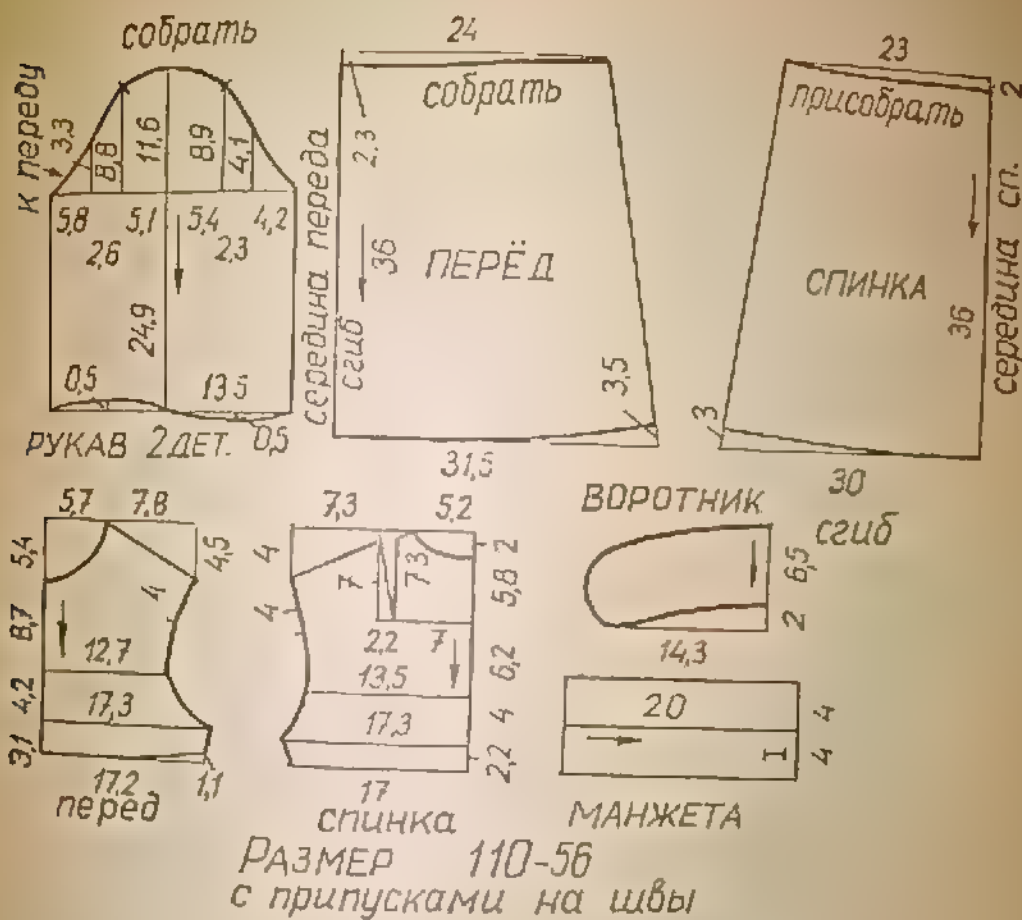


Рис. 7

Сделать сарафан ещё проще. Из переда и спинки выкроить два прямоугольных полотнища, сверху собрать их на резинку в 3—4 ряда. Бретели и карманы выкроить из рукавов рубашки. Можно украсить аппликацией, тесьмой «вьюнчик».

А вот один из вариантов блузки для себя. Из спинки выкраиваем перёд, из полочек переда — спинку, блузка будет с застёжкой сзади, можно даже сквозной. Поскольку рукава под мышками всегда потёрты, выкройку своего рукава чуть сдвинем вниз. Получится рукав короткий или за локоть. Из кокетки выкраивается воротник-стойка, а из всяческих остатков — рюшечки на воротник.

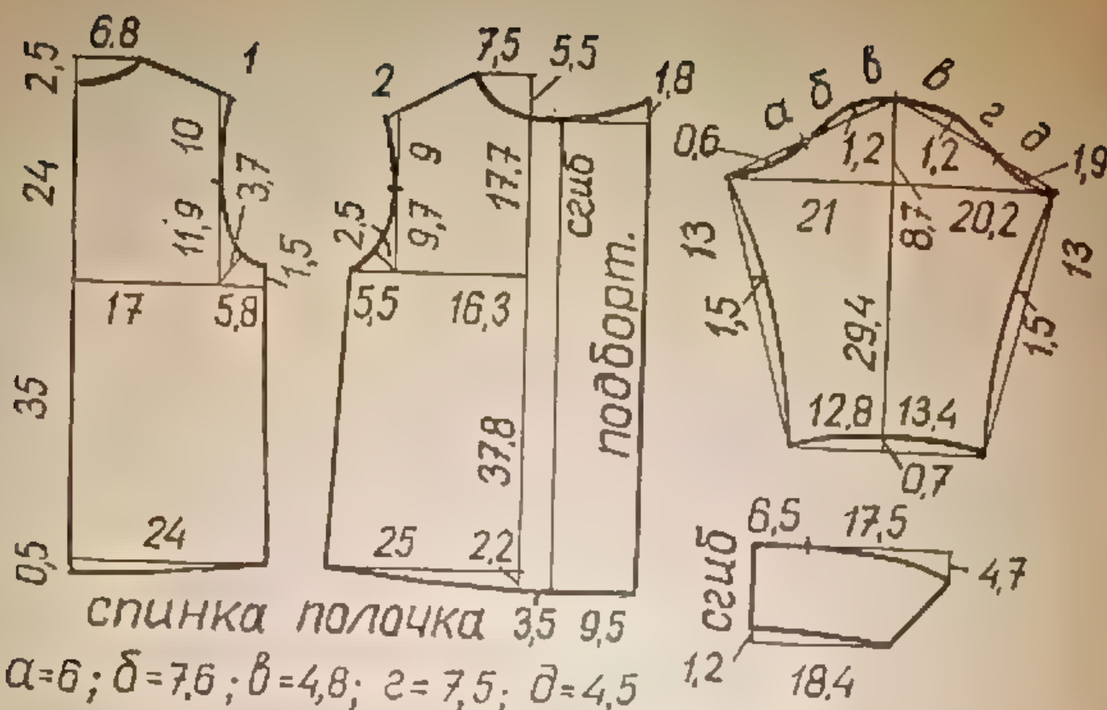


Рис. 8

ИЗ СТАРОГО ПЛАЩА

Из старого маминого или папиного плаща можно сшить плащ (рис. 8), куртку, комбинезон или комплект куртку-брюки для ребёнка. Для отделки можно использовать трикотаж, декоративную тесьму, кусочки кожи или замши. Из остатков плаща с той же отделкой получится кепка.

ИЗ СТАРОГО ПАЛЬТО

Старое пальто надо аккуратно распороть, удалить нитки, почистить с изнанки, оторвать старую подбортовку, выстирать и отутюжить. При шитье — перелицевать.

Из пальто можно сшить тёплую юбку, сарафан, пальто для ребёнка, спальный мешок для прогулок малышу. Мешок можно сшить и из старого одеяла, пледа, искусственного меха. Внутри проложить слой ватина (из старого пальто), простегав ватин и подкладку крупной клеткой, чтобы при стирке не сбивался. На рис. 9 — выкройка такого мешка. Он похож на пальтишко, с рукавами, в середине переда — застёжка-«молния» или пуговицы. Рукав собран на резинку или зашит наглухо (в этом случае удлинить рукав выкройки).

1. Спинка 1 дет.
2. Полочка 2 дет.
3. Средняя часть капюшона 1 дет.

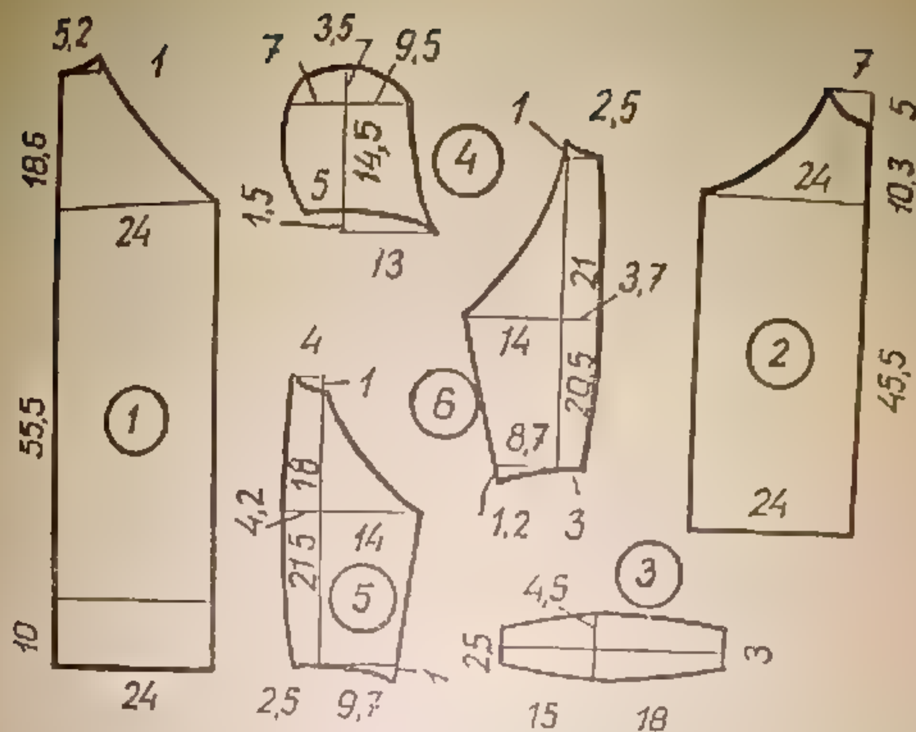


Рис. 9

4. Боковая часть капюшона 2 дет.
5. Передняя половина рукава 2 дет.
6. Локтевая половина рукава 2 дет.

А ДЕТСКОЕ ПАЛЬТО — ВЫБРАСЫВАТЬ?

Как из большого сделать маленькое, это понятно. А вот из того, которое стало ребёнку мало... Можно, конечно, подарить соседскому малышу, но если своему ходить не в чем, придётся маме

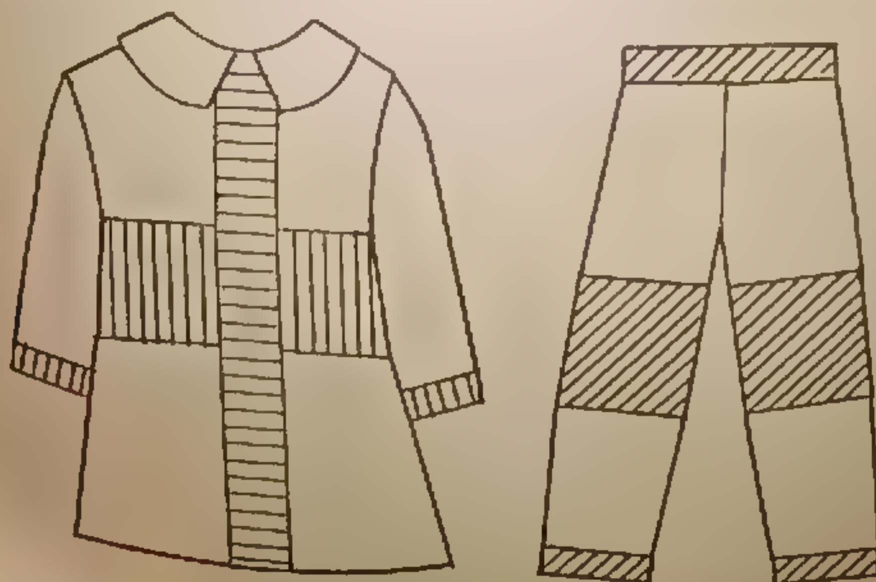


Рис. 10

потрудиться. Самое простое — удлинить вещь по низу и пришить манжеты к рукавам. Особенно быстро можно управиться с курточкой или комбинезоном, брюками: к рукавам и к низу брюк пришить манжеты от негодных носков, варежек.

А пальто придётся распороть по боковым швам до пройм. Отрезать материал под проймой по линии груди. Между кокеткой и низом сделать вставки из драпа (в тон или контрастные по цвету), искусственного или натурального меха, трикотажа плотной вязки. Из этого же материала выкроить планки, манжеты, воротник, карманы (рис. 10).

Таким же способом можно удлинить брюки. Варианты: сделать вставки на коленях, прямые или буквой «у»; пришить новый, более широкий пояс; пришить к низу брюк манжеты; или все варианты вместе. Можно украсить изделие бретелями на пуговицах, пряжках, застёжках от подтяжек.

НИ ОДИН ЛОСКУТОК НЕ ЛИШНИЙ

Никогда не выбрасывайте никаких лоскутков! Даже прочные кусочки от порвавшихся ночных рубашек, наволочек, халатов ещё сослужат вам добрую службу. А уж из новых лоскутков, оставшихся при шитье, можно сделать вещички всем на зависть.

НАРЯДНЫЕ САРАФАНЧИКИ

Двенадцать лоскутков размером 21×21 (на рост девочки 116 см) сшить, как показано на рис. 11, в горловину вдеть резинку. Как вы подберёте лоскутки по цвету — дело вашей фантазии и вкуса.

А можно сделать так: из любых хлопчатобумажных ниток связать полоску, равную объёму груди. Это будет кокетка. Если

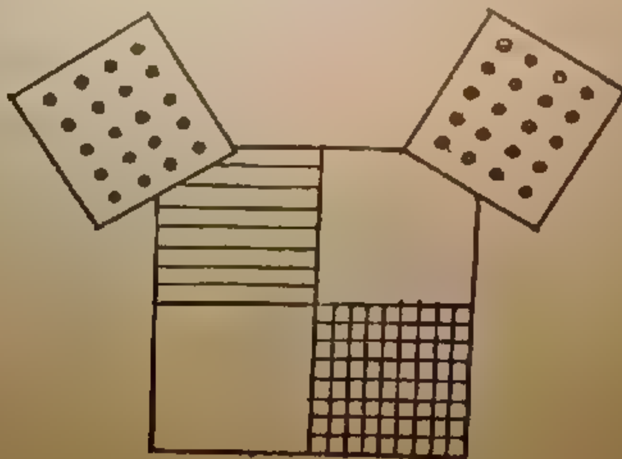


Рис. 11

не умеете вязать — отрежьте от старой майки бретели, обработайте край, украсьте аппликацией. К кокетке пришить прямоугольную юбку из лоскутков и бретельки. Из таких же лоскутков сшить трусики.

ДЕТСКИЙ КОВРИК

Из двух треугольников сшить прямоугольник. Например, голубой треугольник — небо, светло-зелёный — трава. Из подходящих лоскутков выкроить элементы рисунка (цветы, зверюшки, куклы и т. п.). Настрочить швом «зигзаг» или вручную «козликом». Можно дополнить вышивкой, сделать глаза-пуговицы, носы-бусинки... Укрепить всё на плотной ткани, обстрочить край тесьмой.

НАКИДКА НА ДИВАН, КРЕСЛО, ТАБУРЕТКУ

Для этой работы потребуется основа по размеру вещи, на которую делается накидка. Это может быть старая занавеска, любая дешёвая ткань, хотя бы даже чисто выстиранная мешковина. И — целый мешок лоскутков, самых мелких, а главное — разноцветных. Лоскутки надо разутюжить и нарезать полосками, шириной 2—3 см, как вы сами захотите. Длина полоски будет зависеть от того, какой вариант работы вы изберёте. Заранее разберите их по цветам, оттенкам. Приступаем.

Вариант 1. Полоски 10—12 см длиной. Каждую из них складываем вдвое и наметываем на нижний край будущей накидки, чтобы этот край был закрыт. Лоскутки накладываем друг за другом, каждый раз немного перекрывая предыдущий, чтобы также не видно было основы. Наметав ряд, сразу пришиваем его на машинке. Намётываем следующий ряд, чуть перекрывая первый, чтобы не видно было шва. Верх и бока работы в конце закрываем тесьмой или тщательно подобранной из лоскутков бейкой.

Вариант 2. Полоски длиной 4—5 см. Они должны быть нарезаны особенно аккуратно, по долевой нити. Настрачиваем их на основу в том же порядке. Когда работа готова, из каждого лоскутка аккуратно вынимаем поперечные нити, причёсываем щёткой. Такой коврик, если вы сумеете подобрать кусочки ткани в интересном сочетании, будет выглядеть прямо-таки роскошно. Хотя его лучше употреблять как накидку там, где не сидят каждый день, скажем, накидка на кровать, тахту в спальной комнате. Либо повесить как декоративный коврик.

НОВОЕ ОДЕЯЛО

Чтобы выстегать одеяло, нужна определённая сноровка, специальные пяльцы, машинка, иглы. Однако бабушки наши обхо-

дились без всего этого, были бы руки да кусочки цветастой ткани. Попробуем и мы сшить хотя бы детское одеяло. Сначала подбираем лоскутки и сострачиваем из них мешок. Из ромбов, квадратов, треугольников может составиться рисунок, орнамент — что вам по силам.

Мешок должен быть на 10—15 см больше, чем вы хотите сделать одеяльце — при стёжке вещь даст усадку. Теперь нужно взять подходящий кусок марли или старую, вытертую простыню и на ней аккуратно, без прорех и шишек разложить вату. Прочными нитками крупными стежками прикрепить вату к этой основе, осторожно надеть на ватное сооружение чехол из лоскутков, вручную зашить оставшийся край и так же вручную, прочными нитками простегать ромбами или квадратами — одеяльце готово. Если нет ваты, посмотрите, не завалялось ли в доме старое стёганое из шерсти одеяло, которое нельзя уже починить. А дать ему вторую жизнь — можно. Распорите его, шерсть выстирайте, аккуратно разберите руками. Идеальный вариант — найти чёски, специальные дощечки с набитыми на них крючочками из проволоки. Чёсками очень быстро можно привести шерсть в порядок, она получится ровными пластинами, которые легко уложить для стёжки.

Если же нет ни того ни другого, купите в магазине ватин, уложите в 3—4 слоя, наденьте чехол, простегайте, чтобы можно было стирать. Наконец, используйте ватин из старого пальто, старое байковое одеяло. Если нет ничего, но есть лишняя перьевая подушка, сшейте чехол из специальной ткани для наперника. Наполняйте пером сегмент за сегментом, тут же дважды прострачивая, сделав у машины самый мелкий стежок. Набитое пером одеяльце вставьте в подготовленный верхний чехол. Сверху стегать уже не обязательно.

ЦВЕТОК ИЗ ЛОСКУТКОВ

Им можно украсить летнюю сумку, сарафан, карманы юбки, спинку жилетки, свитер. Лепестки стилизованного цветка вырезать из кусочков ситца, гладких или в рисунок, одинаковой расцветки или разной. Можно сделать его из кусочков кожи. Лепестки аккуратно приметать и пришить швом «зигзаг» или вручную. Середину цветка можно сделать из бус или пуговиц, одинаковых или разных. Закрепите их в центре цветка так, чтобы некоторые из них свободно висели на толстых нитках на разном уровне, а другие были прочно пришиты к основе.

ЛЕТНЯЯ КЕПКА ПРОСТОЙ КОНСТРУКЦИИ (рис. 12)

В двойной околыш (полоска 2×58 см + прибавка на швы) вшит козырёк и две полоски, составляющие верх кепки. Козырёк выкройте по желанию, на прокладке из плотной ткани. Полоски



Рис. 12

верха двойные, отстрочены по лицевой стороне, в готовом виде для 58 размера — 8×32 см. Если нужен меньший размер, в заднюю часть околыша вставьте резинку.

ДЕТСКАЯ КЕПКА (рис. 13)

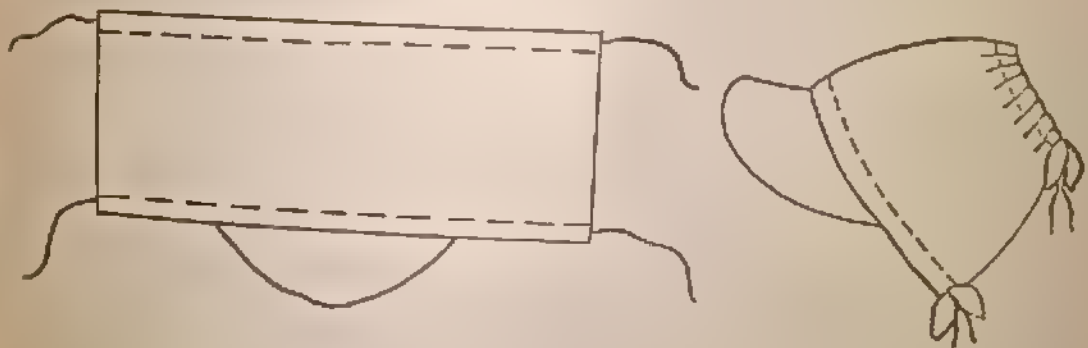


Рис. 13

Взять полоску ткани длиной, равной окружности головы + прибавка на швы, шириной 1/2 расстояния от лба до шеи через макушку. Подстрочить края так, чтобы вверху и внизу можно было вставить тесьму или ленту. Пришить козырёк посредине этой полоски, вставить тесьму или ленту, стянуть по голове, завязать бантики.

ЛОСКУТКИ НА КУХНЕ

Из ярких лоскутков можно сшить передник для работы на кухне, варежки-прихватки, грелку на чайник, подставку для горячей посуды. Например, такую:

—Выкроить из красного лоскутка 2 детали в форме клубники, между ними проложить деталь из драпа. Сшить петельным швом, одновременно обрабатывая край. Нашить старые бельевые мелкие пуговицы («семечки»). Сверху можно пришить зелёную тесьму, завязать бантиком.

ЛОСКУТКИ В ПРИХОЖЕЙ, В ДЕТСКОЙ КОМНАТЕ

Взяв любую грубую основу, нашить на неё лоскутки-карманы для различных мелочей в прихожей. То же можно сделать для детской комнаты, скроив основу в виде матрёшки, клоуна, домика и т. п. Если карманы нужны довольно объёмистые, заложите на них внизу складки, а вверху продёрните резинку, чтобы не оттопыривались.

ИЗ СТАРОГО ТРИКОТАЖА

Трикотаж, так же как кожа и мех, может многократно использоваться как для переделок в «новые» вещи, так и для починок. Не выбрасывайте ни кусочка трикотажа! Всё, что можно распустить,— распускайте. Чтобы распрямить «кудрявые» нитки, налейте в кастрюлю воды, дайте ей закипеть, сверху в дуршлаг положите клубки и закройте крышкой. Попарьте 2—3 минуты. Нитки готовы. Даже самый крохотный клубочек пригодится на отделку, вышивку, штопку. На штопку распускайте и такие чулки, носки, детские колготки, которые уже нельзя починить. Храните и полотнища тонкого трикотажа — остатки от порвавшихся тренировочных костюмов и т. п., из них могут получиться заплатки, вставки для починки трикотажных вещей, а кроме того, из них, как из тканевых лоскутков, можно сшить немало полезных предметов.

* У трикотажных вещей часто растягиваются манжеты и ворот. Прометайте их шёлковой ниткой, затем на несколько секунд окуните кофту или свитер в горячую воду. Нитки выньте после сушки.

* Выгоревшие, полинявшие маечки, футболки можно обновить, окрасив «узелковым» способом. Футболку завяжите толстой нитью, как сноп, в нескольких местах очень туго, чтобы под нить не попал краситель. Окрашивать по инструкции на пакете с красителем. Гладить влажной.

* Если свитер «сел», стал короток, его можно удлинить, надвязав или пришив из подходящего трикотажного лоскутка модную деталь «баску». Этой же пряжей или полотнищем оформите ворот, манжеты, сделайте вышивку.

* Если шерстяная вещь при стирке свалялась, её следует подержать в таком растворе: на 10 л воды 3 ст. ложки нашатырного спирта, 1 ст. ложка скипидара и 2 ст. ложки водки.

* Панталоны и тёплые длинные рейтузы имеют обыкновение быстро пронашиваться в верхней части. Из подходящего трикотажного полотна (от старого тренировочного костюма или таких же вышедших из строя рейтуз) скроите вставку, вырежьте по-

рвавшуюся часть, а на её место вшейте новую швом «зигзаг» на машине или вручную петельным швом. Можно продублировать новую вставку куском шёлкового трикотажа (подходящий по цвету кусок старой комбинации) — вещь проносится дольше.

* Если у детских колготок порвались следы, сделайте из них ребёнку трусики. Отрежьте и обшейте край тесьмой. Из ползунков, которые стали маловаты, тоже можно сделать штанишки — за колено. Также отрезать и отделать бейкой.

* Из подобранных по цвету и фактуре клочков трикотажа можно скроить шапку типа «петушок», детский жилет, свитер (рис. 14), юбку, сарафанчик. Из 2–3 старых свитеров получится хороший блузон, джемпер, а то и платье. Кусочки комбинируются и укладываются по лекалам (рис. 15). Выкроенные детали стачивают на машинке швом «зигзаг», но лучше на оверлочной машине. Воротник, манжеты, притачной пояс делаются из полосок трикотажа, резинки. Трикотаж легко шьётся вручную, петельным швом, чтобы не распускались края.

* Если лоскутков трикотажа скопилось много, можно сделать коврик для детской или покрывало на диван. Вырежьте квадра-

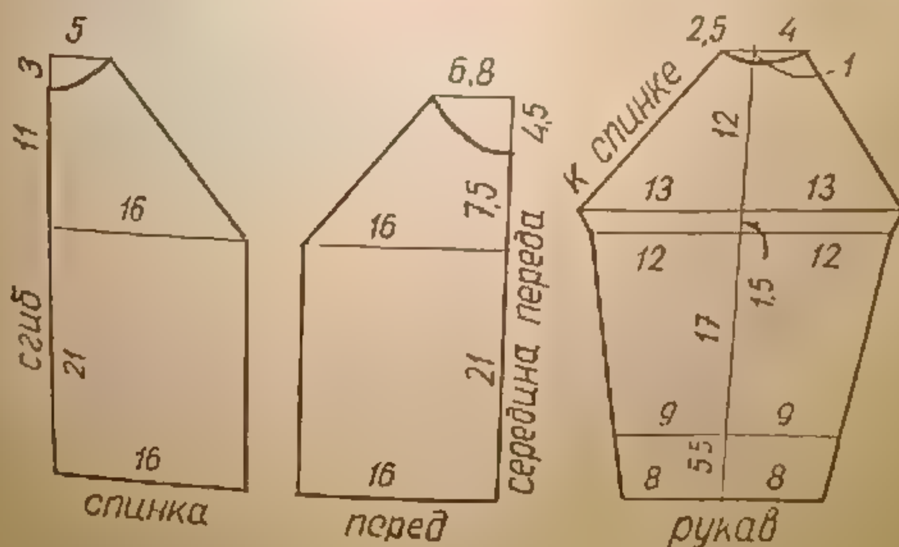


Рис. 14

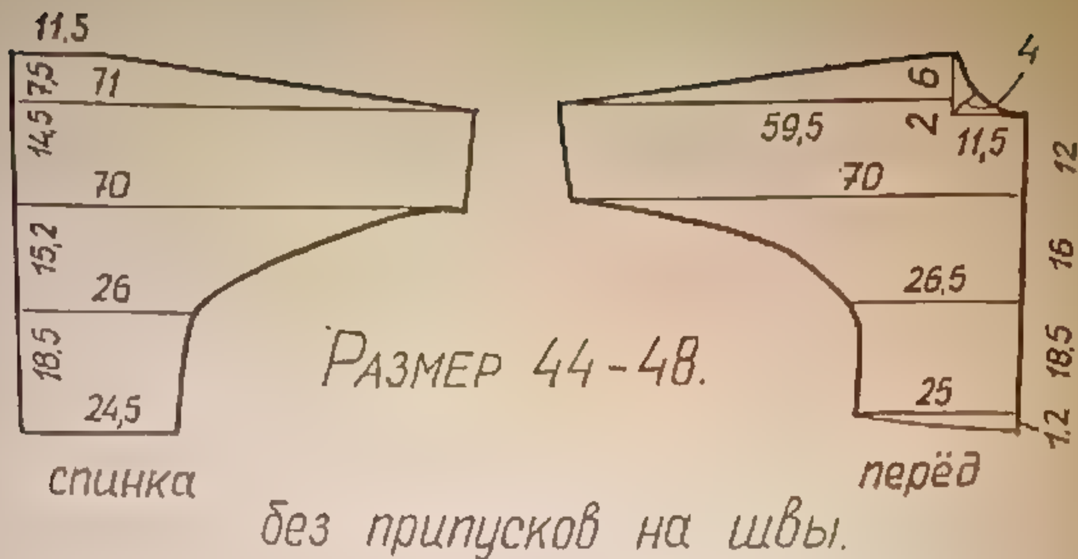


Рис. 15

тики, сострочите или сразу нашейте их на основу (старая штора) встык. Стыки закрыть цветной лентой, края обвязать общей каймой.

* Модный джемпер из старого джерси. Из юбки от костюма 46—48 размера выйдет свободный жилет 38—42 размера (рис. 16). Распорите на 1/3 снизу боковые швы, сколите перёд булавками, переверните юбку вверх ногами и задом наперёд. Если вещь надо перелицевать, то отпорите пояс, распорите вытачки, боковые швы. Куски ткани постирайте, сушите в горизонтальном положении на махровом полотенце. Слегка недосохшую ткань прогладьте через влажную марлю, досушите. Сметайте боковые и плечевые швы. Более широкое полотнище юбки будет передом джемпера или жилета и за счёт разницы в ширине ляжет у горловины мягкими складками. Соберите низ на «живую нитку» и приметайте пояс. Модные широкие рукава выкраиваются из спинки и рукавов или спинки и переда. Из остатков ткани можно сшить сумочку.

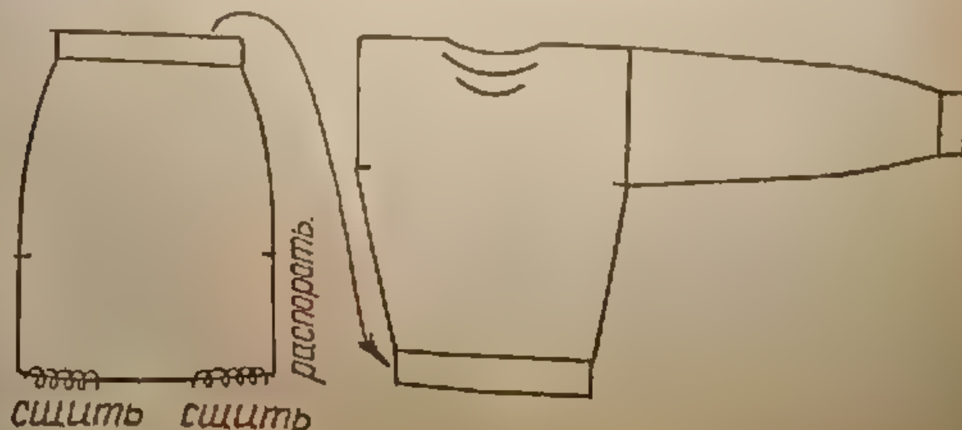


Рис. 16

ИЗ СТАРЫХ ЧУЛОК

* Следы от старых эластиковых или капроновых чулок отрезать горячими ножницами, пришить снаружи к тёплымноскам — носки проносятся дольше.

* Старые капроновые или эластиковые чулки изрезать «в лапшу» — этим крошевом набить диванную подушечку. Верх можно сделать из лоскутков, из кусочков искусственного меха.

* Кусочки капронового чулка, аккуратно нашитые с изнанки на локти и манжеты школьной формы, надолго сберегут рукава от потёртостей.

* Капроновым чулком, смоченным в холодной воде, легко отмыть зеркало, стекло, хрусталь. А если в чулок бросить обмылки — получится хорошая мочалка-мыльница.

* В капроновых чулках удобно хранить зимой лук — всегда проветривается и видно, если какая-то луковица начала расти.

* Коврик из старых чулок. Чулки разрезать по спирали на полоски шириной 4—5 см. Крючком связать коврик. А можно и не вязать, а из каждых трёх полосок сплести косичку. Косички можно пришить одну к другой прочными нитками, край, на который приходятся концы, обшить тесьмой. Или сшить косички друг с другом по длине и укладывать спиралью, пришивая каждый последующий виток к предыдущему.

* Из хлопчатобумажных чулок, разрезанных такой же спиралью, можно связать верх домашних тапочек, коврик для кухонной табуретки, прихватки.

ШКАТУЛКИ, ФУТЛЯРЫ, АБАЖУРЫ ИЗ...

...флаконов из-под шампуней, препаратов бытовой химии. У флаконов срезать горлышко, обтянуть несколько флаконов тканью, клеёнкой, клеевой плёнкой, прикрепить к стене в ванной комнате, прихожей для хранения мелочей (зубные щётки, расчёски и т. п.).

Склеив 15—20 спичечных коробок в виде «комодика» и обтянув его тканью, цветной бумагой, получите отличный ящичек для хранения пуговиц, огородных семян и т. п. мелочей.

Часто бывают нужны небольшие ручки, например, к кухонной мебели. Воспользуйтесь красивыми крышечками от флаконов, от больших тюбиков зубной пасты.

РАЗНОЦВЕТНЫЙ АБАЖУР

Хорошо накачайте камеру от волейбольного или футбольного мяча. Чтобы она не вырывалась из рук, положите её на кастрюльку. Наклейте на неё небольшие (5 см^2) кусочки газетной бумаги, смоченные водой. Работу начинайте чуть выше середины камеры, если хотите, чтобы абажур напоминал половину апельсина; для более закрытого абажура работу начинайте ниже. Второй слой бумаги приклеивайте клеем для обоев. Так повторите несколько раз, последний слой — кусочки бумаги с цветными картинками. Сюжеты подбирайте соответственно той комнате, где будет висеть абажур. Затем абажур ставьте сушить. Когда он высохнет и затвердеет, воздух из камеры выпустить и её вынуть. Сверху острым ножом вырезать отверстие диаметром 10 см, установить здесь проволочный круг и укрепить опоры для патрона. Чтобы круг лучше держался, кромку абажура подогнуть под проволоку и заклеить. Нижний край аккуратно подрезать. Изнутри абажур окрасить краской светлого цвета.

ДЕКОРАТИВНАЯ ЗАНАВЕСКА

Ею можно закрыть и украсить дверной проём. Нарежьте из разноцветной плотной бумаги полоски длиной не менее 290 мм, шириной с одного конца 100 мм, с другого —20 мм. На широкий конец полоски наложите карандаш и плотно наверните на него бумажную полоску. Узкий конец полоски смажьте клеем. Когда приклеится — удалите карандаш. Края трубочки можно выровнять, подрезать. Для занавески шириной 80 см понадобится около тысячи таких трубочек. Их надо нанизать на шнуры, а те закрепить на планке сечением 20×20 мм, длиной, равной ширине проёма. В ней на расстоянии 30—40 мм друг от друга просверлите отверстия для шнуров и 3 отверстия для шурупов диаметром 5 мм. Проденьте в отверстия шнуры, закрепите их узлом. Трубочки (их можно окунуть в мебельный лак НЦ-222 и дать им высохнуть, тогда занавеска будет служить дольше) нанизать на шнуры и закрепить их снизу. Брусок со шнурами тремя шурупами прикрепить к верхней части дверной коробки. Можно подвесить шнуры и на обычный карниз, тогда шторка будет сдвигаться.

ШАПОЧКА ДЛЯ ДУША

Из полиэтиленового пакета с порванными ручками и швами вырезать круг. Сложить колпачок из 3/4 круга, по краю пришить резинку.

ЯРКИЕ СУМКИ ИЗ ПРОШЛОГОДНИХ НАСТЕННЫХ КАЛЕНДАРЕЙ

К сторонам пластиковой сумки календари большого размера

прикрепляются с помощью обычных канцелярских кнопок. Их язычки аккуратно зажимают плоскогубцами.

ФУТЛЯР ДЛЯ СПИЦ, ОЧКОВ

Его можно сделать из полоски картона нужной длины и ширины. Края картона можно закруглить, обтянуть полоску тканью или кожей, замшей от старых сапог или сумочки. Петельным швом, яркими нитками к обтянутой полоске картона пришивается карман, до половины основы или чуть больше. Если футляр для очков, можно проложить слой поролона или фланели.

«ПОГРЕБ» НА БАЛКОНЕ

Его можно сделать из двух ящиков подходящего размера, один больше другого. В меньшем на полу крепят два патрона для электрических лампочек, накрывают их металлическими кожухами, сделанными из консервных банок. Патроны должны быть соединены последовательно. Этот ящик вставляют в другой, больший, чтобы в пространство между ними уместился изоляционный материал. Если это будет пенопласт листовой, достаточно 3 см, для ваты или стекловаты нужно 5—6 см, для опилок — 10—12 см. Крышки на обоих ящиках должны быть плотно подогнаны. Между крышками должен лежать толстый матрац из ваты, ватина. В стенку вставьте термометр. Если температура в «погребе» снизится до $+1°$, включите лампочки. 2 лампочки по 40 ватт обеспечат плюсовую температуру даже в тридцатиградусные морозы.

ЧИНИМ, ЧИСТИМ, БЕРЕЖЁМ

Может быть, нелишне напомнить, что любые вещи, особенно чулки, носки, лучше покупать сразу по 2—3 штуки или пары, одного цвета. Тогда из двух подносившихся вещей проще сделать одну обновлённую. Маленькому ребёнку покупайте пелёнки, простынки с таким расчётом, что, когда ребёнок подрастёт, из этих пелёнок можно будет сострочить простынки, сделать постельные комплекты. Пододеяльники быстрее изнашиваются по верхнему краю, простыни — посредине. Отрежьте изношенный край пододеяльника, надставьте его боковыми частями простыни. Из трёх порвавшихся пододеяльников можно сделать два, которые ещё послужат. Подношенную простыню можно разрезать вдоль и сострочить так, чтобы крепкие края стали посредине. Или разрезать простыню на полотенца, обработав края яркой бейкой. Из порвавшегося полотенца вырезать рваные части, сострочить. Если вы покупали полотенца парами, из двух получится одно, достаточно большое. У ночных рубашек изнашивается верх. Отрежьте его. Из крепкого низа можно сделать наволочку, из двух руба-

шек — одну обновлённую. Из низа цветных халатов получатся полотенца для дачи.

КАК ПОЧИНИТЬ ПОЛИЭТИЛЕНОВУЮ СУМКУ

Если у полиэтиленового пакета порвались ручки, а другого под рукой нет, дело можно поправить так:

Отрежьте у пакета верх. Сложите его вдвое или втрое по вертикали и на расстоянии 2 см от верхнего края проколите раскалённым гвоздём; быстро разверните, чтобы стороны не слиплись. Проденьте в отверстия шнур или ленточку, концы свяжите.

ЧТОБЫ МЕБЕЛЬ ДОЛГО НЕ СТАРЕЛА

* Для мебели вредна повышенная сухость и сырость, близость отопительных приборов и прямые солнечные лучи.

* Лакированную и полированную мебель ежедневно протирайте мягкой чистой тряпкой, лучше — салфеткой «Уют», она придаёт антистатические свойства. Освежить мебель можно, не имея специальных паст и эмульсий. Вскипятите стакан пива с кусочком воска. Чуть тёплую массу надо нанести на мебель, дать высохнуть и натереть шерстяной тряпкой. Или капнуть несколько капель растительного масла (лучше репейного) на вату, завернуть в старый носок и этим тампоном протереть мебель.

* Пятно от горячего чайника или утюга на полированной поверхности можно вывести. Для этого тампон с поваренной солью смочите растительным маслом и протирайте пятно круговыми движениями. Старые пятна покрыть смесью соли и масла, через 2—3 часа стряхнуть и протереть шерстяной тряпочкой.

* Пятно от воды на лакированной поверхности посыпьте мукой, а затем тампоном, смоченным в растительном или машинном масле, трите до исчезновения.

* Неполированную (матированную) мебель надо вытирать от пыли сухой тряпкой, раз в неделю чистить пылесосом. Пользоваться полирующими средствами нельзя.

* Потускневшие и потемневшие металлические детали мебели можно почистить смесью из нашатырного спирта (30 г), мела или зубного порошка (15 г) и воды (50 г), или питьевой содой, лимонным соком, разрезанной луковицей.

* Кухонную мебель, покрытую эмалями, отделанную пластмассой, моют раствором любого стирального порошка (1 ст. ложка на 1 л воды). От соды, мыла, горячей воды окрашенные поверхности тускнеют.

* Вмятину на неполированной мебели можно выправить. Протрите её скипидаром и накройте сложенной в несколько раз мокрой марлей. На марлю положите металлическую пробку от бутылки донышком вниз. Прижмите к пробке горячий утюг. Под действием пара волокна древесины разбухнут и вмятина исчезнет.

* Шкафу для белья, комоду можно придать новый вид, если оклеить обоями, тканью, плёнкой. Разумеется, это касается тех случаев, когда восстановить древесину уже нельзя.

* Из старой кровати можно сделать более современную тахту. Одну из спинок снимите, торец укрепите на металлической или деревянной опоре. Оставшуюся спинку обтянуть тканью, кожзаменителем.

ЧТОБЫ КОВЁР СЛУЖИЛ ДОЛЬШЕ

Когда выбиваете ковёр, вешайте его на перекладину, а не на верёвку, изнаночной стороной наверх. Упругой выбивалкой выбейте пыль, очистите ковёр щёткой. Зимой, на снегу, надо расстилать ковёр ворсом вниз.

Чтобы восстановить вытертые или повреждённые места, настригите из шерстяных лоскутков или ниток подходящего по цвету мелкого ворса. На ремонтируемое место на ковре нанесите слой клея для склеивания тканей (например, ПВА), засыпьте его ворсом, стараясь воспроизвести рисунок, и прогладьте через бумагу тёплым утюгом. Через несколько часов мягкой щёткой сметите неприклеившиеся ворсинки. Кстати, таким образом можно сделать и «новый» коврик на основе какой-то грубой ткани, типа мешковины. Немного художнических способностей и много терпения — зато вы будете вознаграждены отличной вещью, которую в магазине вам пока не купить.

Починить испорченный ковёр можно также штопкой. Нитки должны быть толстыми, некручёными. Штопая, вы наверху будете оставлять петельки, которые по окончании работы подстрижёте ножницами по высоте ворса.

КАК ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ ОБУВИ

* Ежедневно очищать обувь от пыли и грязи и смазывать обувным кремом или жиром, вазелином.

* Не сушить обувь на батареях и на печке. Сушить при температуре не выше 50°, набив газетами или тонкой бумагой, периодически меняя бумагу. Если обувь пересохла, смягчить её касторовым или растительным маслом, глицерином, вазелином.

* Если на кожаной обуви появилось пятно, удалить его бензином или соком репчатого лука.

* Замшевую обувь, для восстановления ворса, надо подержать над паром, затем почистить специальной резиновой щёткой или карандашной резинкой. Сильно залоснившиеся места протереть тампоном, смоченным нашатырным спиртом, а загрязнённые — протереть поваренной солью или мякишем свежего белого хлеба.

* Обувь из лакированной кожи следует очищать от грязи и пыли мягкой тряпкой, смазывать касторовым маслом. Можно протереть ватным тампоном, смоченным в молоке, дать подсохнуть и натереть долькой репчатого лука, затем мягкой шерстяной тканью. Если лак потрескался, смажьте обувь вазелином, яичным белком и протрите мягкой тряпочкой.

* Чтобы резиновые сапожки не тускнели, их надо мыть тёплой водой, насухо вытереть, затем полировать мягкой тряпкой, смоченной несколькими каплями глицерина.

* Чтобы кожаная подошва дольше служила, пропитайте её слегка разогретой льняной олифой. Этот способ помогает и когда обувь скрипит.

* Кожу старой обуви можно освежить, натерев её цедрой апельсина или смесью скипидара с несколькими каплями молока.

* Перед тем как положить обувь на хранение, смажьте её кремом или вазелином, набейте мягкой бумагой. Лучше каждую пару хранить в отдельной коробке.

УХОД ЗА МЕХОВЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Меховые шапки, воротники, шубы будут дольше служить, если правильно за ними ухаживать и правильно их хранить.

* Меховая вещь, которую не носят, «стареет» быстрее той, которая носится. Если вы бережёте шубку для подрастающей дочки, чаще проветривайте её, выколачивайте с изнаночной стороны несильными ударами. Полезно проветривать меховые вещи не только летом, но и зимой.

* Придя с улицы, встряхните меховую вещь, расправьте ворс. Если попали под снег или дождь, стряхните воду щёткой, сушите при комнатной температуре вдали от отопительных приборов и батарей. Когда мех высохнет, осторожно расчешите его нечастой расчёской или специальным ческом.

Если потеряла эластичность мездра, смочите её раствором 1 ст. ложки уксусной эссенции и 50 г поваренной соли в 1 л воды, разомните и растяните в разных направлениях. Операцию повторяйте до достижения мягкости мездры с перерывами 2—3 часа. Затем смажьте жировой эмульсией (100 г мыла, растворённого

в небольшом количестве тёплой воды, 100 г рыбьего жира, 15—20 капель нашатырного спирта на 1 л воды). Вещь сложите пополам, мездра к мездре, выдержите 3—4 часа, высушите при комнатной температуре, разомните и растяните в разных направлениях.

* О чистке меха — см. стр. 67.

* Чтобы восстановить блеск потускневшего меха, измельчите в порошок ядра грецких орехов, завяжите порошок в сложенную вдвое-втрое марлю и этим тампоном протрите мех по ворсу.

* Прежде чем убрать меховые вещи на хранение, очистите их от пыли, просушите. Белый мех на солнце желтеет, сушите его только в тени. Храните в шкафу, завернув в бумагу и зашив в ткань. Между бумагой и тканью проложите сухие корки апельсинов, табачные листья, листья герани или таблетки специальных средств от моли.

ОКРАСКА БЕЗ КРАСКИ

* Для восстановления чёрного цвета изделия можно использовать табачный настой (15 г табака на 1 л кипячёной воды). Вещь очистить от пыли, пятен, постирать, если нужно, высушить, затем протереть щёткой, смоченной в тёплом, процеженном сквозь сито растворе. Отвар табака подновит цвет и коричневых изделий. Этим же настоем или настоем зелёной ореховой скорлупы можно окрасить светлые ткани в мягкий коричневый цвет.

* Промытые в настое чая белые вещи станут кремоватыми. Крепким чаем можно окрасить светлые чулки в золотистый цвет.

* Питьевая сода способствует сохранению сочного красного и синего цветов. Добавляйте соду в воду для полоскания.

* Если шерсть для вязания смочить водой и прокипятить 2—3 минуты в содовом растворе, она станет белее, окрашенная — светлее.

* Изделия из сатина, ситца, тёмного шёлка не потеряют блеска, если их прополаскивать в почти горячей солёной воде (3—4 ст. ложки на 5 л воды).

* Цветные вещи из шерсти и шёлка надо полоскать в воде с уксусом (2—3 ст. ложки на ведро воды).

* Голубые ткани подсинивают, жёлтые освежают отваром апельсиновых корок.

* Луковой шелухой окрашивают пряжу в жёлтый (400 г шелухи на 100 г пряжи) или коричневый цвет (больше шелухи).

Шелуху вымачивают 7 часов, в той же воде кипятят 4 часа, процеживают. Пряжу кипятят около 2 часов. Чтобы окрашиваемая вещь не линяла, добавьте в красящий раствор 2—3 ст. ложки соли, а в последнюю воду для полоскания — столько же уксуса.

* Бежевый цвет можно получить, окрашивая пряжу отваром крапивы. Сначала пряжу (рецепты приводятся на 100 г пряжи) кипятят в растворе квасцов 30 мин. Квасцы можно купить в магазинах химреактивов. Крапиву вымачивают 3—4 часа, отвар процеживают, в нём кипятят пряжу ещё час.

* Жёлтый с коричневым оттенком цвет получается при окраске отваром листьев лесной яблони. Делают отвар из 300 г листьев, добавляют 10 г медного купороса, пряжу кипятят 1 час. Если цвет нужен гуще, остужают пряжу в том же отваре.

* Серый цвет с коричневатым оттенком даст отвар багульника болотного (400 г). Пряжу прокипятить в растворе 15 г квасцов в течение получаса, затем 1 час кипятить в отваре багульника, который предварительно был выварен в течение 3—4 часов и процежен. Если не брать квасцов, а в отвар багульника (500 г) добавить чайную ложку соли, то пряжа будет розовой.

ХИМЧИСТКА НА ДОМУ

* Воротники пиджаков и жакетов смочите водой, тщательно протрите щёткой, смоченной в нашатырном спирте, потом вновь мокрой тряпочкой.

* Пятно от горячего утюга на льняной или хлопчатобумажной ткани надо замочить в холодной воде, затем протереть раствором хлорной извести —1 ч. ложка на стакан воды. Или замочить на ночь в воде пополам с кислым молоком. Пятно на белой шерстяной ткани — промыть раствором равных частей 3% перекиси водорода и 5% нашатырного спирта; высушить тёплым утюгом. Подпалины удаляют также репчатым луком: разрезанной луковицей потереть пятно, промыть водой.

Ещё варианты:

Смочить пятно перекисью водорода, разведённой пополам с водой. Это место нужно гладить тёплым утюгом, пока не высохнет.

Намочить пятно раствором борной кислоты, а затем постирать вещь водой комнатной температуры.

Пятно можно протереть раствором буры (2 ч. ложки на 1 л воды), после чего постирать вещь и просушить.

* Пятна от йода — нашатырным спиртом

* Пятна от чая — смесью глицерина (4 части) с нашатырным спиртом (1 часть). Застарелые пятна на белой ткани лучше удалить раствором щавелевой кислоты (1/2 ч. ложки на стакан во-

ды) или раствором гипосульфита (1 ч. ложка на 1/2 стакана воды), затем выстирать в мыльной воде, добавив на 1 л 2 ч. ложки нашатырного спирта.

* Пятна от мастики для пола и обувных кремов. Сначала постирайте в мыльном растворе с нашатырным спиртом. Если не исчезнут, примените раствор гипосульфита (1 ч. ложка на 1/2 стакана воды).

* Пятна от ржавчины — раствором 1,5 ч. ложки щавелевой кислоты на 2/3 стакана воды.

* От чернильных пятен: 1/2 стакана воды, 1/4 ч. ложки щавелевой кислоты, 1 ст. ложка уксуса.

* Пятна от жира: 1 ст. ложка наструганного хозяйственного мыла, 1 ч. ложка нашатырного спирта, 1 ч. ложка спирта этилового, 1/4 стакана воды.

* Пятна от апельсинового сока: смажьте пятно глицерином и через 1—2 часа постирайте.

* Свежие пятна от ягод. Быстро залейте испорченную вещь струёй кипятка (из носика чайника). Если не помогло — намыльте хозяйственным мылом и положите на солнце. Когда высохнет, дополнительно простирайте.

* Пятна от шоколада смываются сильно посоленной водой.

* Пятна от парафина не обязательно стирать. Положите на пятно с двух сторон много слоёв промокательной или фильтровальной бумаги и прогладьте горячим утюгом.

* Кожаные пальто, сумки, чемоданы можно почистить раствором из воды, мыла и нашатырного спирта, затем протереть до блеска тряпочкой, смоченной в касторовом масле.

* В растворе 1 ст. ложки нашатырного спирта на ведро воды хорошо отбеливается бельё.

* Отбеливатель можно сделать самим. В стеклянной посуде залейте горячей водой 300 г хлорной извести, в другой посудине — 300 г кальцинированной соды. Оба раствора смешайте. Получится 3 л жидкого отбеливателя. Он должен отстояться. Осторожно, стараясь не взболтать, налейте 1/2 стакана этой жидкости в ведро горячей воды. По одной вещи, на 2—3 минуты опускайте в раствор то, что требует отбеливания. Цветные вещи линяют. По мере расходования, в банку доливайте воду, взбалтывайте, давайте отстояться. Раствора хватит вам надолго.

* Складка на брюках сохранится надолго, если протереть её с

изнанки кусочком сухого мыла, а потом прогладить с «лица» через влажную тряпку.

* Постирать мужской галстук нетрудно, а вот как его прогладить после стирки, чтобы на лицевой стороне не отпечатался шов? Можно стирать и сушить его на пластиковом шаблоне (кусочки пластика можно купить в магазинах типа «Сделай сам») — глажения вообще не потребуется. Или намотайте выстиранный галстук на банку или кастрюлю с горячей водой. Либо гладьте так: сначала «лицом» вниз положите его на влажное полотенце и гладьте умеренно горячим утюгом. Затем перенесите на сухое полотенце также «лицом» вниз и прогладьте через влажную тряпку досуха.

КОПИЛОЧКА

НЕ ВЫБРАСЫВАЙТЕ:

Картофельную шелуху. С её помощью можно отмыть бутылки с узким горлом из-под масла.

Чайную заварку и кофейную гущу. Ими можно удалить с посуды запах рыбы и лука. Кофейную гущу приложите к потрескавшейся коже рук, она станет мягче, исчезнет болезненность. На кожу также хорошо влияет картофельное пюре — потратьте на себя чайную ложечку! Положив в какое-то кушанье сырое яйцо, остатки белка со скорлупы также размажьте по тыльным сторонам ладоней.

Спитым чаем можно хорошо вычистить ковёр: рассыпать его по ковру, а потом стряхнуть жёсткой щёткой. Чай соберёт пыль, освежит краски.

Чай можно собирать в банку, старую кастрюлю, полиэтиленовый пакет — за зиму наберется отличный перегной для посадки рассады, пересадки комнатных и балконных растений.

Поливайте комнатные растения **водой, в которой варились овощи,** конечно, хорошо остудив её. В такой воде много минеральных солей, витаминов, биологически активных веществ. И ещё полезная вещь для полива — **вода, которую вы собрали при размораживании холодильника.** Она должна быть комнатной температуры, и только цикламенам не повредит вода ледяная.

Лимонные и апельсиновые корки. Высушите их, размелите на кофемолке, храните в плотно закрытой посуде. Их можно добавлять вместо ванили в тесто, в начинку для пирогов. Апельсиновые корки отпугивают моль.

Отвар, в котором варились лапша, макароны. Процедите через марлю и используйте для подкрахмаливания вязаных и вышитых изделий. Не процеживая, можно использовать как основу для густых супов (см. соответствующий раздел).

Луковую шелуху. В разделе «Окраска без краски» уже говорилось о том, как использовать луковую шелуху в качестве красителя. А ещё она хороша для выведения перхоти. Кастрюлю (2,5 л) наполните наполовину шелухой, залейте горячей водой, поставьте на огонь, кипятите 5 минут. Затем настаивайте под крышкой 30 минут. Остывший отвар вылейте через дуршлаг или сито в таз, добавьте 3 л горячей воды. Вымытые, чуть подсушенные волосы прополощите в этом отваре в течение 10 минут. Делайте эту процедуру 2 раза в неделю на протяжении 2—3 недель. Через месяц лечение можно повторить.

Яичную скорлупу. Для огородников это — хорошее удобрение для известкования кислых почв. Если участок сильно заражён медведкой, советуют растёртую в порошок яичную скорлупу смешать с небольшим количеством растительного масла и добавить в почву при перекопке.

Есть сведения, что яичной скорлупой можно излечить диатез у детей и другие виды аллергии, вывести из организма накопленные вредные вещества. Яйца, от которых будут брать скорлупу, тщательно моют с хозяйственным мылом (это необходимо и потому, что периодически бывают у нас вспышки сальмонеллёза). Скорлупу от 15—20 яиц сложить в 3-литровую банку, залить кипятком, настаивать сутки. Если у ребёнка экссудативно-катаральный диатез, на этой воде готовить пищу, умывать, давать пить. Можно даже купать ребёнка в такой воде — для общего укрепления организма.

Или: скорлупу сваренного вкрутую яйца высушить на блюдце, сняв всю выстилающую её внутреннюю плёнку. Нельзя сушить на солнце, в духовке. Растереть скорлупу пестиком в фарфоровой посуде в пудру. Детям от 6 мес. до года давать порошка, сколько умещается на кончике ножа, сдобрив его 3—5 каплями лимонного сока (нельзя заменять лимонной кислотой). От года до 2 лет — в 2 раза больше и 6—8 капель сока. До 3 лет — втрое больше. Детям старше 14 лет и взрослым — 1 ч. ложка порошка с 1 ч. ложкой лимонного сока. Пить порошок 1 раз в день в течение месяца. Можно добавлять в каши. Скорлупу можно запасти впрок, хранить в стеклянной банке с крышкой в темноте.

Водой, в которой варился картофель в мундире, хорошо мыть стеклянную, глиняную и фаянсовую посуду. Воду, в которой варился очищенный картофель, можно добавлять в супы, уху, делать на ней соусы.

Рыбью чешую, если вы собираетесь делать заливное из этой рыбы. Положите чешую в марлевый мешочек и поварите в воде. В ней же варите сначала голову и кости и только в третий «заход» — кусочки, которые будут заливаться. Желатина не потребуется.

Лепестки увядших роз. Заварите их кипячёной водой, дайте остыть и умойтесь этим отваром.

Воду, в которой мокли или варились бобы. Она отлично выводит различные пятна, в ней можно стирать шёлковые и шерстяные ткани без мыла.

Остатки мыла. Обмылок можно «примылить» к новому куску, который вы кладёте в мыльницу. Если такая экономия вам не по вкусу, используйте эти кусочки для освежения цвета цветных наволочек, полотенец. Кусочки хозяйственного мыла строгайте и используйте для намачивания белья. Чтобы мыло было всегда сухим, а значит, расходовалось экономнее, вдавите в него металлическую пробку от бутылки. Можно это сделать с двух сторон.

Если вы шьёте, вынимайте «наживульки» аккуратно, сматывайте их на шпульку — ими можно воспользоваться не один раз.

Старую клеёнку. Из неё можно сделать выкройки, они будут гораздо долговечнее бумажных.

Красивые футлярчики из-под губной помады. Если при раскрое пользуетесь мелом, вставьте его в такой футлярчик — мел не будет пачкать руки. Ещё из футлярчика можно сделать игольницу, вставив внутрь кусочек поролона.

Деревянную ручку от сломанного ножа или другого кухонного предмета. Край ручки надо аккуратно отпилить и к этому спилу шурупом прикрутить металлическую пробку от лимонадной бутылки. Такой чистилкой нетрудно почистить даже окуня.

Старые газеты. Из них можно сделать утеплитель для балконной двери. Сложить 5—6 развёрнутых газетных листов, свернуть их в трубу диаметром 11—12 см, заклеить её. Сделать 7 таких труб. В каждую набить мятую газетную бумагу, заклеить верхние и нижние отверстия, обклеить трубы одной-двумя газетами. Утеплитель ставится между наружной и внутренней балконными дверями, плотно занимает пространство снизу до стекла. Когда надо открыть балкон, его легко убрать.

Газетным крошевом, размоченным в воде, можно набивать, вместо ваты, щели в окнах перед заклейкой их на зиму.

Узкие полоски белой ткани от окончательно порвавшихся простыней и полотенец можно использовать для оклейки окон на зиму, если нет специальной бумаги. Ленту погружаете в клейстер, снимаете излишки его и наклеиваете на щель, натягивая, чтобы не было морщин. В отличие от бумаги, такую полоску легко снять весной. Экономная хозяйка выстирает ленточки, и они послужат не один год.

Сосну, ель, пихту после новогоднего праздника. Соберите хвою, используйте её для лечебных ванн. Для этого 2 горсти хвои залейте 1 л кипятка, проварите 10 мин., процедите и вылейте в ванну, наполненную водой. Такая ванна снимает усталость, тонизирует. Температура её — 35—37°, продолжительность 15—20 минут.

Салфетки, скатерти из нетканого текстиля. После нескольких стирок они теряют вид. Их можно использовать вместо клеевой прокладки для укрепления бортов, манжет, воротников.

Капроновые сеточки, в которые были расфасованы овощи, фрукты. Из них можно связать мочалки для мытья посуды, раковин, ванн; коврики в прихожую и ванную комнаты, сумки. Сначала их надо постирать, просушить и сделать из них «нитки». Для этого сеточку надеть на молочную бутылку и разрезать, начиная снизу, так, чтобы получилась нитка-зигзаг и на каждом её уголке — «усики». Вязать лучше в 2 «нитки» крючком № 3.

* * *

Если холодильник уже нельзя починить, поставьте его на балконе или лоджии. До самых холодов сможете хранить в нём овощи и фрукты. Если балкона и лоджии нет, из внутренней его стороны получится стенка с полочками для ванной комнаты.

* * *

Обернув пробку термоса одним слоем фольги (упаковка из-под шоколада), вы сохраните её от разрушения из-за воздействия высокой температуры жидкости, налитой в термос. К тому же она не будет впитывать запахи.

* * *

Чтобы малярная кисть, запачканная масляной краской, не высыхала, положите её в стеклянную банку с растворителем, наденьте на горловину банки полиэтиленовый мешочек без дырок и затяните резинкой. Если нет растворителя, кисть можно держать в воде.

* * *

Тампоном, смоченным в молоке, хорошо чистить зеркала и клавиши музыкальных инструментов.

* * *

Чтобы продлить срок службы резинового уплотнителя дверцы холодильника, время от времени припудривайте его тальком или крахмалом.

* * *

Бумажная лента лучше алебастра предотвратит образование трещин и осыпание штукатурки на стыке дверной коробки и стены. Подойдёт бумага для оклейки окон. Приклейте её клеем ПВА, затем покрасьте стену вместе с полоской.

* * *

Тряпочкой, смоченной в уксусе или в смеси уксуса и нашатырного спирта 1:1, протрите холодную подошву утюга — он очистится. Или с силой потрите горячую подошву о слой поваренной соли.

* * *

Чтобы линолеум служил дольше, раз в 3 месяца смазывайте его олифой, а потом тщательно протирайте мягкой тряпкой.

* * *

Если плащ или плащ-палатка утратили водонепроницаемость, её можно восстановить, замочив вещь в тёплом мыльном растворе (50 г мыла на 1 л воды), а затем выдержав 2—3 часа в растворе селитры (50 г на 1 л воды). Прополощите вещь и просушите на плечиках.

* * *

Чтобы кухонная клеёнка дольше служила, мойте её тёплой водой с мылом, насухо вытирайте мягкой тряпкой. Иногда протирайте её сырым молоком. На тех местах, где она огибает углы стола, наклейте с изнанки куски материи или лейкопластыря.

* * *

Чтобы в крупах не заводился «жучок», мешочки, в которых будете их хранить, подержите в крепком растворе соли, подсушите и прогладьте досуха влажными.

Оглавление

Предисловие 3

Часть I. **Что на стол поставим**

Блюда из дикорастущих трав 6
Блюда из ботвы огородных растений 12
Сделаем сами (майонез, зелёный горошек, крахмал, сушёный картофель, дрожжи, гречневую крупу, заменитель сахара — свекольный сироп, творог, сыр и т. д.) 14
Вегетарианские и молочные первые блюда 19
Голо-голо, а луковка во щи найдётся (блюда из доступных недорогих овощей) 26
Блюда из круп, которые почему-то не пользуются спросом 37
Под каким соусом мы всё это подадим? 41
Хлеб — на первое, на второе и на третье 42
Блюда из недорогих мясных продуктов 46
Давайте почаёвничаем... 49
А к чаю подадим... 52
Домашние консервы по-новому (без сахара или с малым его количеством) 55
О пользе... обмана 62
Густые супы, или Обед из одного блюда 64

Часть II. **Богатый — на деньги, мы — на выдумку**

Из старой кожи 66
Из старого меха 67
Из старой одежды — новая 71
Ни один лоскуток не лишний (сарафанчики, коврики, одеяла, украшения, кепки и т. д.) 76
Из старого трикотажа 80
Из старых чулок 83
Шкатулки, футляры, абажуры из... 83
Погреб на балконе 85

Чиним, чистим, бережём (уход за мебелью, ковром, обувью, меховыми изделиями, окраска без краски, химчистка на дому) 85

Копилочка 92

Подписано в печать 13.05.1992 г. Формат 60×90 1/16. Усл. печ. л. 6,0. Уч.-изд. л. 6,5. Тираж 140 тыс. экз. Заказ № 262. Цена договорная.

Саратовский ордена Трудового Красного Знамени полиграфический комбинат Министерства печати и информации Российской Федерации. 410004, Саратов, ул. Чернышевского, 59.

7 c



